



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W3CN4645	ImageGroup:	I3CN4647
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	སྐུ་བ་སྣ་ཕྱི་རི་རྣམ་གཞག་དང་ལུགས་གཉིས་གསལ་བའི་མེ་ལོང་། skye ba snga phyi'i rnam gzbag dang lugs gnyis gsal ba'i me long /
Author:	to-be-supplied to-be-supplied
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a
Place:	n/a
Publisher:	n/a
Date:	n/a
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor, Cambridge, Mass. 02138.

༡༡། །སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཕྱི་ལོ་རྒྱུ་གཞག་དང་ལྷགས་གཉིས་
གསལ་བའི་མེ་ལོང་བཞུགས་སོ།།



འཕྲིན་མེད་ཐུབ་བསྟན་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།



གེས་རབ་ཐུབས་ལྷགས་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།

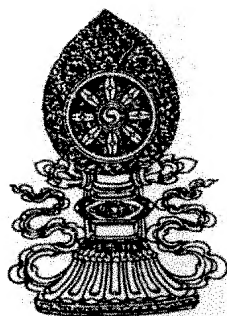


ཐུན་གནས་གསལ་བར་བྱན་ལྷགས་སྒྲིབ་ལོ།

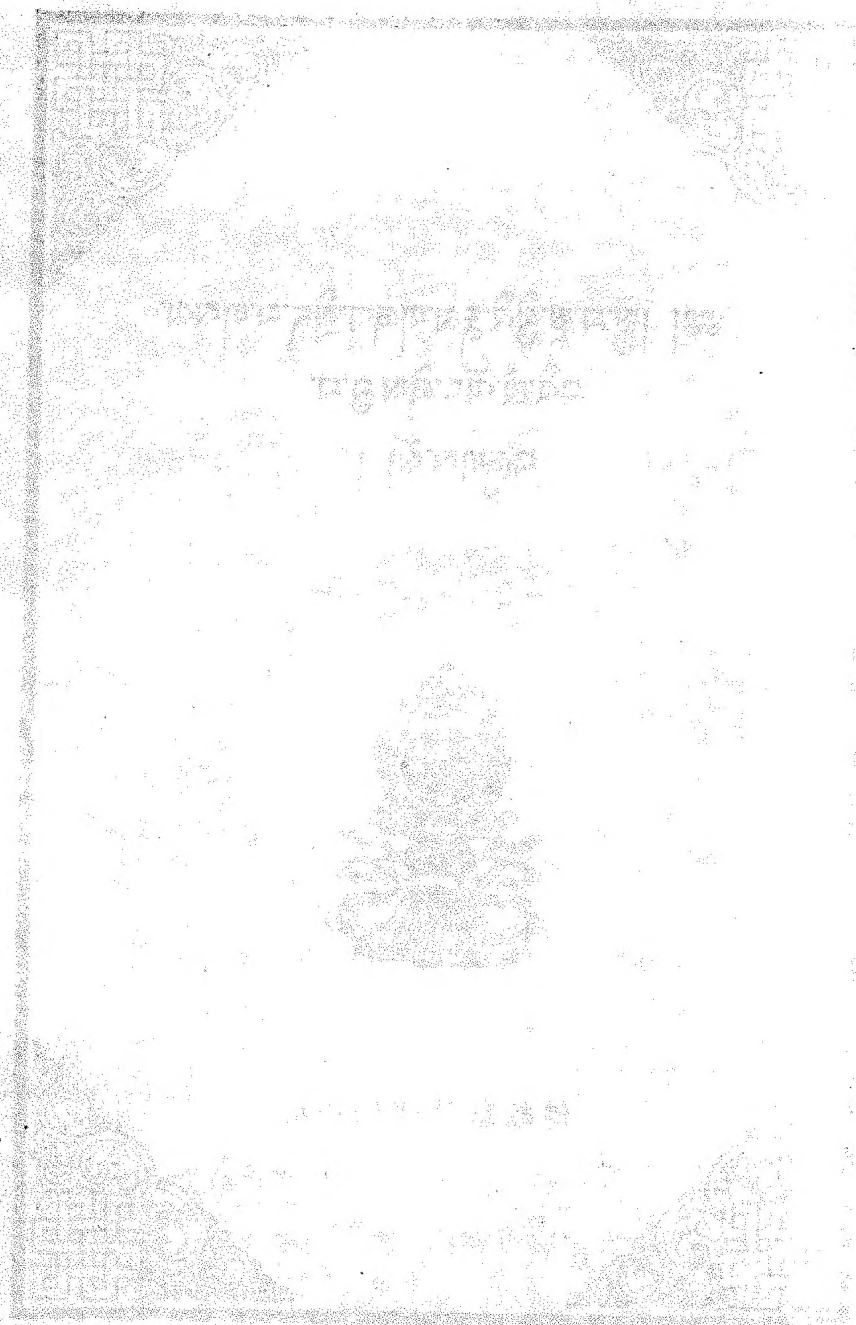


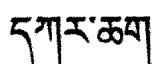
གསེར་ཐང་ཐུབ་ཐུབ་ཕྱི་ལོ་རྒྱུ་གཞག་དང་ལྷགས་གཉིས་

༡། ཁྱེ་བ་ལྷ་མྱེའི་རྣམ་གཞག་སྤིང་བ་གསལ་
བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་
བཞུགས་སོ། །



佛教慈慧服務中心





- 1 -



དང་པོ་ཆས་གོས་ཀྱི་ཐད་ལ།	༢༡༧
གཉིས་པ་བཟའ་བཏུང་ལ།	༢༡༩
གསུམ་པ་ནང་འབྲུག་ཞི་འཇགས་བྱ་ཆུ།	༢༠༩
བཞི་པ་མཚོན་ཆ་རྒྱན་དུ་མི་འདོགས་ཆུ།	༢༠༩
ལྔ་པ་གཙང་སྒྲུ་ལ་ནན་ཏན་བྱ་ཆུ།	༢༠༧
དྲུག་པ་བྱིས་པ་ནམས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱང་བྱ་ཆུ།	༢༠༧
བདུན་པ་རིག་པ་གསར་བ་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱ་ཆུ།	༢༡༡
བརྒྱད་པ་རང་གི་སྒོལ་རྒྱན་གྱི་རིག་གནས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱ་བ།	༢༡༡
དགུ་པ་དུད་འགོ་ནམས་ལ་བུམས་དང་སྦྱིང་རྩེ་བྱ་བ།	༢༡༢
བརྒྱ་པ་སྒོ་སྒྲུགས་གསོད་པ་ན་སྒྲུག་བསྐལ་རྒྱང་ཐབས་བྱ་ཆུ།	༢༡༧
བརྒྱ་གཅིག་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱ་བ།	༢༡༧
བརྒྱ་གཉིས་པ་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་བྱ་ཆུ།	༢༡༧
བརྒྱ་གསུམ་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བརྩི་བསྐྱུང་བྱ་བ།	༢༡༩
བརྒྱ་བཞི་པ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་བཅའ་བ།	༢༡༧



གཉིས་པ་ཚོས་ཀྱི་མཆོད་པོ་རྣམས་ལ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་

འགའ་ཞིག་ལྟ་བུ། ༣༤༡

དང་པོ་གྲུ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་བྱ་བ། ༣༤༡

གཉིས་པ་སྒོ་བ་གཉིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་སྒྲུབ་རྣམ་དག་བྱ་བ། ༣༤༢

གསུམ་པ་སྒྱི་ཕན་སྒྲུབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་ཚོས་འཛིན་སྟེལ་བྱ་བ། ༣༤༤

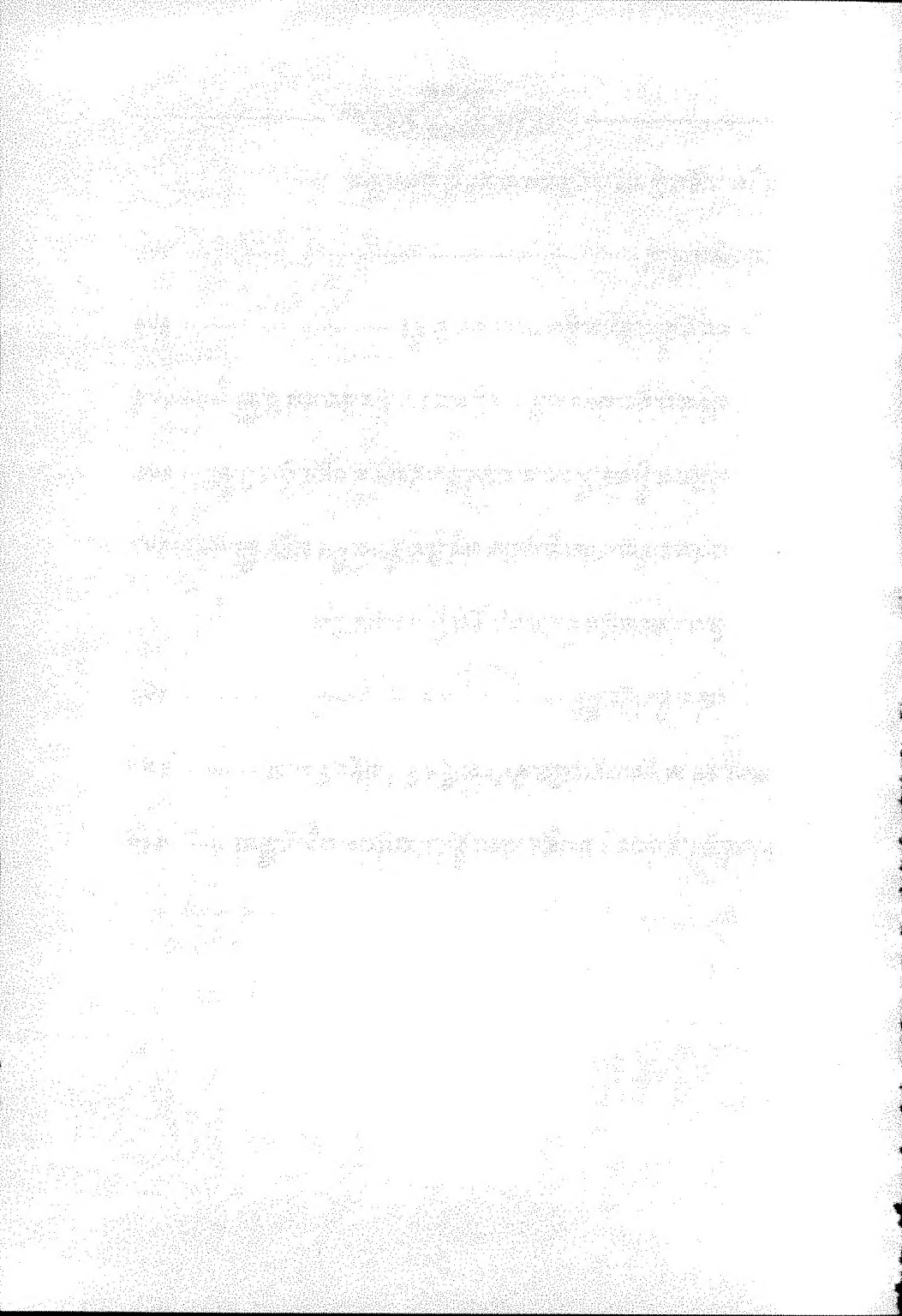
བཞི་པ་མཐུག་འབྲས་མི་ལེགས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་རྒྱན་གཙོད་བྱ་བ། ༣༤༤

ལྔ་པ་དམངས་ཁྲོད་དུ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་བྱ་བ་

བརྟེན་དུ་གཏོང་བ། ༣༤༥

མཁན་ཆེན་ཨ་ཚོས་འཇའ་ལུས་སུ་དེངས་ཚུལ་ཅུད་གཙོད་བྱས་པ། ༣༥༡

མཁན་ཆེན་ཆོད་བང་རིག་འཛིན་མཁའ་སྒྲོད་དུ་གཤེགས་པའི་ལོ་རྒྱུས། ༣༥༢



༢༨། སྐྱེ་བ་ལྔ་ཕྱི་ལོ་རྣམ་གཞག་སྤྱིད་པ་གསལ་བའི་མེ་ལོང་

ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

མཁུན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་དགྱིལ་ལའོར་གཅིག་གིས་གྱང་། །

བདེན་གཉིས་ཤེས་བྱའི་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་གཟིགས། །

སྐྱེ་བ་གཉིས་དྲི་མ་ཡོངས་སུ་སྤོང་མཛད་དེ། །

དོན་གཉིས་མཐར་སོན་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ། །

དེ་ཡི་ལེགས་པར་གསུངས་པ་བདུན་ཅིའི་གཏོར། །

སྐལ་བཟང་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་ཏུ་དགའ་བའི་དབྱིད། །

ལོག་རྟོག་སྤྱོད་ནག་དགྱིགས་པ་དུས་ཀྱི་མཐར། །

སྤྱིད་ལམ་དུབ་པ་དག་གི་མིག་གཅིག་ལགས། །

འཇིགས་རུང་ལའོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ན། །

སྐྱེ་འཆི་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་གདེངས་ཀ་འཕྱོ་བའི་གྲོང་། །

དབང་མེད་ལས་རྒྱུད་དུག་པོས་བདས་པའི་འགྲོ། །

རི་ལྷར་འབྱམས་པའི་ངང་རྩལ་འདིར་བརྟེན་བྱ། །

ཞེས་མཆོད་བསྟོད་སོགས་སྤོན་དུ་བཏང་ནས། །འདིར་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤོངས་

ཞེས་བྱ་བ། དཔལ་ལྷན་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལས། འཕགས་པ་བོད་ལ་སོར་རྣམས་

ལ། ཞེས་དང་། འདལ་བ་ལུང་ལས། དེ་ལ་བྱིམ་གཅིག་དང་ལྷན་པའི་གྲོང་གང་ཞེ་

ན། འདི་ལྷ་སྟེ། རི་ཁྲོད་པ་རྣམས་དང་། བོད་རྣམས་དང་། ལྷ་སྟོན་རྣམས་ཀྱི་གྲོང་

ངོ་། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ལོ་སྟོང་ཤག་མང་བའི་གོང་ནས་འགྲོ་བ་མའི་

རིགས་ཀྱིས་བདག་གིར་བཟུང་བ་གང་དུ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རིའི་སྐུ་དུས་ནས་



བཟུང་མིམ་བཞིན་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་མཉམ་མེད་སྤྱབ་པའི་དབང་པོའི་གསུང་གི་
 བདུད་ཅིའི་ཟེར་གྱིས་བྱུང་སྟེ་བོད་ཆོས་ལུན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་
 ཆོས་འབྱུར་སྟོབས་གསུམ་གྱིས་རབ་རྒྱུག་པའི་སྤྱབས་ཆེན་གྱི་མི་རིགས་ཤིག་རྒྱ་
 གུར་ཏོ། །དེ་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་དུ་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་མི་ཕྱོད་དག་གིས་བོད་
 མི་དམངས་ཀྱི་བསམ་སློབ་འཕེར་སོ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་བརྒྱ་བར་མཛད་པས།
 དད་པ་ཤེས་རབ་སྒྲིང་རྗེ་སོགས་ནང་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི་གཞན་ཀྱང་ལས་ཁྱད་དུ་
 འཕགས་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ། །

དེ་ཡང་འདས་པའི་ལོ་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་འཛམ་གླིང་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་དག་གིས་
 རིགས་པ་གསར་བའི་ཤུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་འཛིང་གཉིས་ཀ་སློས་མི་འཕྱུད་པ་
 ཙམ་བྱས། ད་ལྟ་དུས་རབས་ནི་སྤྱི་པའི་མཐུག་རྒྱུ་གསལ་པ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ། ཕྱིའི་
 དངོས་པོ་ཡར་རྒྱས་བཏང་པ་ཙམ་གྱིས་སློ་མ་ཆོམས་ནས་ནང་སེམས་ཀྱི་གནད་
 གསང་དག་དང་། སླེ་འཆི་སོགས་མི་ཆེད་དཀའ་གནས་རྣམས་རྟོགས་སུ་རེ་ནས་
 རྟོག་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ཆེན་། ཕྱོགས་འདི་ལ་ནི་སའི་གོ་ལ་རྟེལ་བོའི་ཐོག་གི་མི་
 རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག་ལས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དེ་ཟབ་པའི་རྩེར་སོན་པ་
 མཐོང་ནས་མཁས་པ་གཞུ་བོར་གནས་པ་དག་གིས་བསྟོད་བསྐྱགས་ཡང་ཡང་
 མཛད་དེ་འོག་རྒྱ་འཆད་དོ། །དཀའ་བའི་གནས་འདི་དག་དང་འཕྱད་པའི་ཆེ། རྒྱབ་
 ཕྱོགས་ཀྱི་རིགས་གསར་སྐྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་དག་གི་གོས་མོལ་དང་བགོ་སྐྱོང་
 གི་ཡུལ་ནི་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་སུ་གྱུར་ཡོད་དེ། ༡༩༥༧ལོར་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་
 རྟོན་ཐོན་རིགས་གསར་པ་ཞུ་གཅིག་དང་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་དག་ཉིན་དུག་གི་བར་
 དུ་བགོ་སྐྱོང་བྱས། ༡༩༥༧ལོར་ ༥ རེ་ཉིན་གཉིས་སུ་བགོ་སྐྱོང་བྱས། སྤར་
 ཡང་༡༩༩༠ལོ་དང་༡༩༩༩ལོར་བགོ་སྐྱོང་བྱས་ཏེ། རིགས་གསར་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས།

ཁོང་ཚོ་ལ་རྒྱ་མཚོ་ནས་གླིང་གསལ་པ་རྟེན་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་སྒྲིབ་བྱུང་ཞེས་ཟེར་རོ། །
 བཤེས་པ་དེ་དག་ནི་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་དུ་རེ་ནས་རྟོན་པ་མ་ཡིན་གྱི། བན་ཚུན་
 གུས་བཀུར་དང་སྒོ་བ་སྦྱང་གི་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་བཤེས་པ་འཛིན་ཏུ་ཉམས་སྦྱོར་བ་ཞིག་
 ཡིན་ལོ། །དེས་ན་འགའ་རེས། རང་ཅག་གི་ཆོས་འདི་རྒྱུང་པ་དང་རྗེས་ལུས་ཡིན་
 པས་དེང་རབས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་པའི་ཡུལ་དག་ཏུ་དེ་ཙམ་གོ་མི་ཆོད་སྐྱམ་པ་ཡོད་
 སྟེང་གྲང་། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེད་ཀྱིས་པ་རོལ་བའི་གྲུབ་མཐའི་འཕོ་འགྱུར་
 ཀྱི་རྗེས་མ་སྒྲེབས་ནས་ད་དུང་སྒོ་བ་ཀྱི་མི་འགའ་རེའི་བསམ་ཚུལ་རྗེས་ལུས་དེ་ཉིད་
 ལ་ཞེན་ལྷས་འཇུག་ཏེ། རང་གི་པ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་གཏིང་མ་དཔོག་པ་ཙམ་དུ་
 ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་རང་གི་པ་མེས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་རིན་ཐང་ཤེས་པར་བྱ་
 པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལས་བསྐྱེད་པ་དག་དེང་དུས་སུ་ཇི་ལྟར་མཛོད་སྐྱམ་དུ་བྱུང་པ་
 དང་། དེང་རབས་ཀྱི་རྟོག་གི་པ་དག་གིས་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་ལྟ་དག་ཤེས་པར་བྱ་བའི་
 ཕྱིར་དུ་གནའ་དང་ད་ལྟའི་དུས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་དང་བྱུང་ཚུལ། ཤར་དང་རྒྱབ་ཀྱི་མིས་
 འདོད་ཚུལ་དང་མཐོང་ཚུལ། གསུང་རབ་དང་རིགས་གསལ་པར་གྱི་རྒྱང་ཐག་རིང་
 ས་དང་ཉེ་ས་བཙས་མདོར་བསྐྱས་ཙམ་ཞིག་བརྟེན་པར་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་སྒོ་བ་
 དཔོན་ཨ་རུ་དེ་མའི་ཞལ་ནས། ཚུལ་བྱིམས་ལས་ནི་ཉམས་སྦྱོར་ཡི། །ལྟ་ལས་ཅིས་
 གྲང་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱིམས་ཀྱིས་ནི་མཐོང་རིས་འགོ། །ལྟ་བས་གོ་འཕང་མཆོག་ཏུ་
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་མི་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟ་བ་ཡང་དག་ཅིག་ཡོད་
 དགོས། གལ་ཏེ་མེད་ན་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། ལྟ་བ་དེ་ཡང་
 འདིར་སྐབས་སུ་བབས་པ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། འཛིག་རྟེན་པ་ཡི་ཡང་དག་ལྟ། ཁྱེད་པོ་
 སུ་ལ་ཡོད་གྱུར་པ། དེ་ནི་ཆོ་རབས་རྟོང་དུ་ཡང་། །རན་འགྱོར་འགྱོ་བ་མ་ཡིན་



རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་བུ་སྟེ། ཆོ་མུ་ཕྱི་དང་ལས་དག་
 སྟིག་དང་དེའི་འབྲས་ལུ་ཡིད་ཆེས་བྱ་བྱ་དེ་ཡིན། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་འདི་ནི་སྦྱིར་
 གལ་ཆེ་ལ། ཟུང་པར་དུ་དེང་དུས་སུ་ལྟ་བུ་འདི་མེད་ན། མིའི་རིགས་ཀྱི་ཆོ་སྟོག་
 འོངས་སྟོང་དང་བཅས་པ་ཡོངས་ཚོགས་ཡུན་ཙམ་ཞིག་གིས་ཐལ་བ་རུལ་དུ་ཆོག་པ་
 ཆེས་ལས་སྒྲ་བོར་གྱུར་ཡོད། སྒྲིམ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆོ་རབས་འཁུམ་ཕྱག་ནས་འཁུམ་
 ཕྱག་བར་གྱི་མདུན་ལམ་བརྟག་པ་ལ་དཀའ་ཆོག་ས་གང་ཡང་མེད་པས་འདི་ནི་ཆེས་
 དོན་ཆེ་བའི་གནས་ཏེ། དཔེར་ན། ཡོ་རོབ་འབྲུག་ཆེན་སྐབས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་ལྔའི་
 དམག་བྱེ་བ་དུག་ཙམ་ཞིག་གཡུལ་དུ་ཞུགས། ལོ་བཞིའི་རིང་ལ་གཡུལ་བཤམས་ཏེ།
 མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འཁུམ་ཐེར་བདུན་ཙམ་དམར་གསོད་བྱས། མི་ས་ཡ་དུག་རྒྱུ་
 བཅད་ལག་རྒྱུ་སོགས་ཀྱིས་གཏན་དུ་མི་ལུས་ཕྱེད་པར་གྱུར། བྱེ་བ་གཅིག་ལྟག་ལ་
 མས་སྟོན་ཅི་རིགས་ཐེབས། ས་ཡ་བདུན་ལྟག་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་པ་དང་
 དགའི་ལག་འོག་ཏུ་ཚུད། མི་ས་ཡ་དགུ་ལྟག་ཅིག་གཡུལ་འབྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་
 བའི་རིམ་ནད་དང་སྤྱུ་གས་ཤི་བར་གྱུར་ཏོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཨ་རིས་འཇར་པན་གྱི་གྲང་
 བྱེར་དབུས་སུ་རུལ་ཕྱག་འབར་མདེལ་འཕངས་ཏེ། མི་འཁུམ་ཆོ་གཉིས་ཙམ་གྱི་ཆོ་
 སྟོག་དུས་གཅིག་ལ་བརྟགས། ད་ལྟ་ནི་སྟེ་འགྲོའི་སྟོག་འཕྲོག་པའི་ཐབས་ཤེས་སྒར་
 བས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་གྱིས་རེ་བྱ་རུ་སོང་བས་ཆེས་ཡང་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཡོད་
 དོ། །དེ་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཏུ་བྱ་བ་ཡང་ཁིང་ཡི་སྟག་པ་གང་རི་སྟེད་ཅིག་བྱུང་བ་དེ་
 རྣམས་ཐམས་ཅད་འཛིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་བུ་འདི་མེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ལྟ་
 བའི་སྟིགས་མར་སོང་བས་ལོག་པར་རྟོག་པ་ཅིར་ཡང་འབྱུང་བའང་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ལ།
 དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཞལ་སྤྲ་ནས། ལོག་པའི་ལམ་ལ་མཐའ་མེད་
 ཕྱིར། །

དེ་དག་འདིར་ནི་སྒྲོ་བྱ་མིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་མོད། དུས་རབས་གསར་
བའི་སྐབས་སུ་རིགས་པ་གསར་པ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་སྒྲིབ་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཅིག་
དགོས་པའང་སྐབས་སུ་བབ་ལ། དེ་ཡང་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་བྱུང་བའི་དཔེར་
བརྟེན་དག་གིས་བསྟན་ན་སྒྲེ་བོ་པལ་བ་དག་ལའང་ངེས་པ་སྒྲེ་སྒྲེ་ལ། ལྷན་པོ་གཟུ་
ལུས་མཁན་དང་གཡམ་རྒྱག་མཁན་དག་གིས་བསྟོན་ཡང་མི་རུས་སོ། །རྒྱལ་ཕྱོགས་
པའི་རིགས་གསར་སྐྱེ་བའི་མཁས་པ་སྟོན་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་དག་གི་འདོད་པ་ཤེས་
ན། རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཐོས་བསམ་པ་དག་ལའང་དགོས་པ་ཐུན་ཁུ་རེ་ཡོད་ངེས་སྟེ་ལྟར་
སེམས་སོ། །དེ་ཕྱིར་ཚུལ་དེ་ཅུང་ཟད་ཅིག་འཆད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་ལུགས་
དགག་པ། འཐད་ལྟན་རང་ལུགས་གཞག་པ། དེའི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་
འདོད་པ་འཛོད་པ་དང་། དེ་གཤིས་ཕྱིན་པར་དགག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།
སྟོན་གྱི་དུས་སུ་མཁུ་སྟེགས་རྒྱང་འཕེན་པ་དག་གིས་རིགས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་
ཆོ་སྒྲིབ་མེད་པར་བསྒྲུབ་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་རན་གཡེའི་སྟོད་པ་རེ་འབྲུབ་པའི་ཆེད་དུ་
བྱས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཞུང་ཆེན་བོ་རྣམས་ལས་ཡང་དག་པར་བཀག་ཟིན་
པས་སྒྲར་ཡང་མི་བརྟེན་དོ། །འདིར་ནི་དེང་དུས་སུ་བྱུང་བ་འགའ་ངེས་ཤིན་ཏུ་མ་
ངེས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུང་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་སྒྲིབ་མེད་པར་མགིན་པ་
གཟེངས་སུ་བརྟེན་དེ་སྒྲོག་པ་དག་གི་ལུགས་བརྟེན་དེ།

དེ་ཡང་དབྱིན་ཇིའི་འབྲུལ་ཆས་དངོས་གཙོ་རིང་ལུགས་པའི་མཆོན་ཉིད་རིགས་པ་སྐྱེ་
བརྟེན་པོ་ཕྱིན་རེ། དེམ་པོ་དང་འགྲུལ་བརྟེན་ནི་མཐར་ཐུག་གི་བདེན་གྲུབ་གཅིག་པུ་
ཡིན་ལ། སེམས་ཁམས་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འགྲུལ་སྟོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མང་གཞི་
དངོས་ནི་མིའི་སྤྱང་པའི་ནང་གི་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞིག་རེད། ཅས་ཟེར་



རོ། །འབྲུལ་ཆས་དངོས་གཙོ་པ་འདིས་ནི་མིའི་ལུས་འབྲུལ་ཆས་དང་འབྲུལ་པར་འདོད་
 དེ། རྣམ་ཤེས་སྣ་མ་ནས་འདིར་དང་འདི་ནས་ཕྱི་མར་འགྲོ་མ་ཁན་ཡོད་པར་ཁས་མི་
 ལེན་ནོ། །རྩ་རན་སེའི་དངོས་གཙོ་ཡལ་བའི་སྒོལ་འབྱེད་པ་ཁྱ་བ་ནི་སྣ་ན་རེ། ཡིད་
 གྱི་རྣམ་ཤེས་ནི་གྲུང་ཆེན་འགྲུལ་སྒྲིད་བྱས་པ་ལས་སྒྲིས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་སྟེ།
 དཔེར་ན། མཆིན་པ་ལས་མཁྲིས་ཁུ་ཐོན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཞེས་ཟེར་རོ། །

སྒྲིས་གི་ཐུན་རེ། རྣམ་ཤེས་ནི་མིའི་གྲུང་པའི་ནང་གི་པེམ་པོ་ཞིག་གི་འགྲུལ་སྒྲིད་དང་
 ལུས་པ་རེད། དེ་ནི་འོད་དང་བྱོད་དང་རྒྱས་འབྱུར་རྣམས་ཀྱི་འགྲུལ་སྒྲིད་དང་སྒྲིར་
 མཆུངས་ལ། བྱད་པར་ནི་རྣམ་ཤེས་འདི་ཉ་ཅང་རྟོག་དྲ་ཆེ་བའི་མཐོ་རིམ་གྱི་འགྲུལ་
 སྒྲིད་ཅིག་རེད། ཅས་ཟེར་རོ། །དེས་ན་འདི་རྣམས་ཀྱིས་གྲུང་ཆེན་དང་རྣམ་ཤེས་
 ཆོག་ས་བརྒྱད་ཀྱི་སྣ་མ་ཁ་ཅིག་ལ་རྟེན་བརྟེན་བའམ་ཕན་བྱ་ཕན་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་བ་
 ཡོད་པ་མཐོང་ནས་དེ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་རྣམ་ཤེས་རིལ་པོ་གྲུང་ཆེན་ལས་
 གསར་དུ་བྱུང་སྟུང་པའི་ལོག་རྟོག་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དབྱིན་ཇིའི་ཆོན་རིག་པ་ཡེ་
 ཉན་ཐུ་ལེས་བརྒྱམས་པའི་རང་བྱུང་ཆོས་ཉིད་ལས་འདས་པའི་སྤང་རྩལ་ལ་བརྟུལ་
 བ་ཞེས་པའི་དེབ་རྒྱུང་ཞིག་འདུག་པ་ལས། ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར།
 གལ་ཏེ་གྲུང་ཆེན་མེད་ན་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་འགྲུལ་སྒྲིད་ལྟ་ཅི། རང་གི་ངོ་བོ་གྲུབ་པ་ཙམ་
 ཡང་མི་སྲིད་དོ། །དེས་ན་ཤ་ཁྲག་གི་ལུས་དང་མ་འགྲོགས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡོད་པ་ནི་
 མི་སྲིད་དོ། །ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོན་ཀྱི་སྒོལ་རྒྱུན་གྱི་ཆོན་རིག་
 པའི་ལྟ་བའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་པའི་གསོ་རིག་སྒྲུབ་དང་། སྒྲིད་དོས་རིག་པ་སྒྲུབ་
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་ནི་གྲུང་ཆེན་གྱི་ཆ་ཤས་སམ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཙམ་ཞིག་
 ཡིན་པས་ཤ་ཁྲག་གི་ལུས་འདི་མེད་ན་མཐོང་ཐོས་སོགས་ཀྱང་མེད། ཤི་བའི་རྗེས་
 སུ་རྣམ་ཤེས་རྒྱུན་མ་ཆད་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་གལ་སྲིད་སྟུང་དུ་བསམ་མ་ཁན་ཤ་སྟག་

ཡིན། རེས་ན་འདྲེན་པ་དེ་དག་ནི་སྤྱི་ལོ་ཆ་ནས་ལོ་སྟོང་ཡུག་དུ་མའི་སྟོན་དུ་བྱུང་བའི་
 ཆད་ལྷ་སྟོང་རུལ། རང་རེའི་གཞུང་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མས་བཀག་བཀག་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།
 རྒྱུ་འབྲེལ་ལས། གལ་ཏེ་སློ་ནི་ལུས་རྟེན་གྱིར། གོ་མས་པ་གྲུབ་པ་མེད་ཅེན། །
 ཞེས་པའི་ཐད་དུ། སློབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སློའི་ལལ་ནས། རོན་གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་སློ་
 བེ་ལུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་ལུས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རས་ཀྱི་
 དཀར་པོ་དང་སྤར་མ་གྱི་མངར་པ་ལྷ་སྟོང་། ཡང་ན་ལུས་ཀྱི་འབྲས་སྟོན་ཉིད་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་ལུས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲོན་མ་ལ་འོད་ལྷ་སྟོང་། རོན་གཞན་ཉིད་
 མ་ཡིན་ན་ཡང་ལུས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་རུས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྷ་ན་སློ་ནི་ལུས་
 ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་གྱི་ལུས་སམ་འབྲས་སྟོན་ཉིད་རུས་པར་འདྲོད་པ་
 ཞིག་ན་སློའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆོས་སམ། འབྲས་སྟོན་ལ་རུས་པ་མེད་པས་སྟེ་བ་
 དང་འཆི་བའི་རྒྱན་མེད་པའི་ཕྱིར། གླུ་བའི་རྒྱན་མང་པོ་དག་ཏུ་གང་ལས་གོ་མས་པ་
 ཡིན་ཞེན། ཞེས་པ་རྣམས་པོའི་ཞེ་འདྲོད་བཞེད་པ་དང་། སློབ་དཔོན་ཙུང་ར་རྟི་ལའི་
 རིན་པོ་ཆེའི་ཐུང་བ་ལས། ཤི་ནས་ལུས་རྟེན་ཞིག་པ་ན། མར་མེ་ཤི་བ་འོད་མེད་
 བཞིན། ལེམས་ཀྱང་གཞན་དུ་སྟེ་མེད་འདྲོད། གླུ་བ་ལྷ་ཕྱི་མེད་པས་ན། གླུ་བ་
 ལྷངས་ཆོགས་བསགས་མེད་འཕགས་པའི། གླུ་བ་དུ་མས་བརྒྱབས་པ་ཡི། ལངས་
 རྒྱས་མེད་ཅིང་དེས་གསུངས་པའི། ཆོས་ཀྱང་མེད་ཅིང་དེ་གྲུབ་པའི། དགོ་འདུན་
 མེད་ཅེས་རྒྱང་འཕེན་ཟེར། ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་དོ། རྒྱང་འཕེན་གྱི་ལྷ་བ་འདི་ནི་
 ཕྱིན་པ་གི་གྲུབ་མཐའ་ཡོངས་ཐོག་གས་ལས་ཆེས་ཐ་ཤལ་བ་ཞིག་ཏུ་འཛོགས་པེ། རང་གི་
 གྲུབ་མཐའ་རྒྱུབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པའི་གཙོ་བོ་ནི་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ཙམ་
 ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་དུ་བསམ་མཁན་དང་ཟེར་



མཁན་ནི་ཤིན་རྒྱུ་མང་ངོ་།།གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ནི། འདོད་པ་འདི་དག་ནི་མངོན་
 གྲུ་དང་འགལ་བ། སྒྲེ་བོ་ས་ཡ་འབྲུམ་ཕྱག་དུ་མའི་ཉམས་མྱོང་དང་འགལ་བ།
 ཚན་རིག་གི་རིགས་པ་གསར་པ་དང་འགལ་བ། སྒྲུབ་བྱེད་ཤིན་རྒྱུ་མང་པོའི་སྒྲིན་
 དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་མངོན་གྲུ་དང་འགལ་བ་ནི། ཨ་འི་འོ་ཚོ་ཚེ་ཡ་གྲིང་གི་བྱིས་པ་ཨན་ཏི་
 ལོས་ཞེས་པ་སྒྲེས་ཙམ་ཉིད་ནས་ཀླད་ཆེན་གཏན་མེད་དེ། སྒྲན་པ་རྣམས་བྱིས་
 བརྟག་དབྱུང་བྱས་ནས། བྱིས་པ་འདི་རི་སྤྱིད་འཆོའི་བར་དུ་གད་མོ་དགོད་མི་སྤྱིད་ལ།
 ཤིན་རྒྱུ་སྒྲུབ་ས་ལེགས་ཀྱང་གཟུང་འཁོར་འགའ་ཞིག་ལས་པན་ལ་འཆོ་མི་སྤྱིད་ཅས་
 ཟེར་རོ། །འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་དེ་ལོ་ལྔའི་བར་དུ་འཆོ་བར་གྱུར་ཅིང་། བརྟན་འཕྲིན་གྱི་
 ལྷན་མོ་ལ་བལྟས་ཏེ་གད་མོ་དགོད་པར་བྱེད་དོ། །སྒྲན་པ་ཆོས་སྒྲར་ཡང་བརྟགས་
 པས་ཁོའི་ཀ་ལའི་ནང་དུ་ཆུ་ཙམ་ལས་ཀླད་ཆེན་དངོས་ད་དུང་སྤྱིན་མི་འདུག ཀ་
 ལའི་ཀླད་པ་ནི་ཤ་སྒྲན་ཙམ་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས་མགོ་ཡོད་ཀླད་མེད་གྱི་མི་
 མཚན་ཉིད་པ་ཞིག་རྒྱ་སྤང་ཟེར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ༡༩༠༠ལོར་དབང་རྩའི་ནང་ཁམས་
 རིག་པའི་དགོ་ཀན་ཆེན་མོ་ལྟ་བུ་ཞེས་པས་སེ་རྒྱེར་ཏི་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་སྒྲོབ་མ་ཀླད་
 ཆེན་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་མཐོང་སྟེ། ཁོའི་མགོ་ནང་དུ་ཀླད་ཆུ་ཙམ་མ་གཏོགས་
 ཀླད་ཆེན་མི་འདུག་ཀྱང་སྒྲོད་ལམ་ཐམས་ཅད་མི་དགྲུས་མ་དག་དང་ཁྱད་ཅི་ཡང་མི་
 འདུག་པར་མ་ཟད་རྩིས་རིག་ལ་ཤིན་རྒྱུ་མཁས་པས་རྩིས་རིག་གི་ལུལ་བྱུང་བྱ་དགའ་
 ཐོབ་མྱོང་བ་ཞིག་མེད་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཀླད་ཆེན་མེད་པའི་མི་དཔྱོན་དངོས་སུ་
 མཐོང་བྱེད་པ་ཡང་བརྟུ་ཕྱག་འགའ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་འདུག་གོ། །དེ་བས་ན་ཀླད་ཆེན་
 མེད་ན་རྣམ་ཤེས་རང་གི་ངོ་བོ་ཙམ་ཡང་གནས་མི་སྤྱིད་ཅས་པའི་གཏམ་གྱི་རྒྱན་
 མཚང་དམར་རྩེན་དུ་བྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་དང་སྒྲུབ་བྱེད་ལ་

མེད་ན་མི་འབྱུང་གི་འབྲེལ་བ་ཡོད་དགོས་ཀྱི། མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མཐོང་བ་ཙམ་ཞིག་
 གིས་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ན་གིན་རྒྱ་མ་དེས་བ་ཡིན་པས་སྤོན་གྱི་ཚན་རིག་བ་
 དག་གིས་ཁ་ཚོན་གཙོད་བ་སྤྲུལ་ཆེས་སོ། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་དབང་ཚད་སྤྱངས་རྒྱ་
 མཚོའི་གསང་རྣམ་ལས། འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། རིམ་གྱིས་ཁམས་ཀྱི་ལི་ཐང་དགོན་
 ཏུ་སྤྱེད་པས། མཚོན་མཇུག་བྱས། རེ་ཞིག་སྤོད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་དེ་སྐབས་ཐོག་ཏུ་སྤོ་
 མང་སྤྱ་རྒྱར་ལི་ཐང་བའི་མཁན་པོ་ཡིན་སྤྱབས་དོ་ཤེས་གྱིས་དོགས་ནས་ཞག་གསུམ་
 ལས་མ་བསྟན། ཡང་སོང་བས་ཉིན་གཅིག་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ཏུ་སྤྱེད་པས་པས། དེ་ན་མི་
 མགོ་བོ་མེད་པ་ཞིག་འདུག དེའི་བཟའ་བ་སོགས་ལ་རྒྱ་མཚན་དྲིས་པས། སྤྱི་ཐོང་
 བྱུང་ནས་མགོ་ཆད་དེ་ལོ་དོ་གསུམ་ཙམ་སོང་ཡང་འཚི་མི་འདུག་ཟེར། སྤྱིང་རྗེ་ཆད་
 མེད་པ་ཞིག་སྤྱེས་ནས་བལྟས་བསྟན་པས། ཁོས་བྱང་ལ་ལག་པས་བརྟུང་གི་འདུག
 འདིས་ཅི་བྱེད་ཅེས་དྲིས་པས། མི་ཞིག་གིས་འདི་ལྟོགས་འདུག་ཟེར་ནས་སྤྱི་ཆད་
 བའི་ཤུལ་དུ་བྱག་གཉིས་འདུག་པ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བྱམ་པའི་ནང་ནས་རྩམ་ཐང་དྲོ་
 འཇམ་ཞིག་རྩུང་ཟད་རེ་སྤྱགས་ནས་ཚོམ་པ་རེ་བྱེད་སྐབས་རྩུང་གིས་ཡར་དེད་དེ་ལྷ་
 བ་ལྟོག་ལྟོག་བྱེད་ཅིང་རྩུང་ཞིག་བསྟན་ནས་མར་ཁོག་ཏུ་འབབ་པར་འདུག སེམས་
 ཅན་གྱི་ལས་བསམ་མི་ཁྱབ་པ་འདི་འདྲའང་བསམས་ནས་ལས་འབྲས་ལ་དེས་བ་
 ཉིད་པ་ཞིག་བྱུང་། མདོ་ལས་སྤྱིན་པའི་པར་ཕྱིན་གྱི་ཐང་དུ་རྒྱལ་སྤྱས་རྣམས་གྱིས་
 སངས་རྒྱུས་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་རང་གི་མགོ་བོ་ལན་སྤོང་གཏོང་དགོས་པར་གསུངས་
 ཤིང་། དེ་ཡང་མགོ་བོ་ནི་ཡན་ལག་གི་མཚོག་ཡིན་པས་བཅད་ན་སྤྱར་མི་སོས་པར་
 གསུངས་པ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། སེམས་ཅན་བྱེ་
 བྲག་པའི་ལས་བྱེ་བྲག་པ་ཁྱད་པར་ཉམས་སུ་སྤོང་བ་ནི་གིན་རྒྱ་དཔག་པར་དགའ་



ཞིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། མདོ་ལས། མགོ་
 བོ་བཅད་ན་མི་འཛོལ་ར་གསུངས་པའི་མདོ་ནི་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །
 དེས་ན་རིག་འཛིན་ཆངས་དབྱངས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་ཆད་མའི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་དགོས་མེད་
 གྱི་རྒྱན་གསུངས་པའི་གནས་མེད་པས་མགོ་ཆད་ནས་གཏན་མེད་པའི་མི་གསོན་
 བོའང་སྤིང་བར་ཁས་སྤང་དགོས་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ན་འདི་མེད་ཀྱང་པ་མི་
 འདུག་པས་རང་གིས་མ་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་ཁོངས་སུ་སྒྲུལ་བ་ནི་སྟོ་མིག་
 ཉ་ཅད་དོག་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཙམ་དུ་གཤམ་པར་བྱའོ། ། གཉིས་པ་སྒྲུ་བོ་ས་ཡ་འབུམ་
 གྲག་དུ་མའི་ཉམས་སྤོང་དང་འགལ་བ་ནི། དེང་དུས་འཛམ་གླིང་ཤར་རུབ་གཉིས་
 ཆར་ན་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་མཁན་གྱི་མི་སྤྱོད་གྲག་མང་པོ་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་
 པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ལ་ལ་མོ་ཆེ་ཞིག་བདེན་དབང་གིན་ཏུ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་སྒྲོན་ནས་བདེན་
 པར་ངོ་འཕྲོད་བྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ལ། བརྟག་དབྱང་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱང་
 དེང་དུས་གྱི་ཚན་རིག་སྒྲུབ་རྣམས་ཡིན་ཞིང་། དྲན་པ་པོ་མི་དེ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་
 དང་། ས་ཕྱོགས་དང་། མི་རིགས་དང་། ཆོས་ལུགས་དང་། རིག་གཞུང་བཅས་མི་
 གཅིག་པ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱིས་རྒྱན་སྒྲིམ་པ་ཡིན་
 ཞེས་པ་དང་། མྱོངས་དད་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་རང་དགར་སྒྲིམ་པའི་ཚོག་ཙམ་གྱིས་
 ཞིག་པ་ནི་གནས་མེད་དོ། ། གཞན་ཡང་རྣམ་གཤམ་ལུས་དང་བྱལ་ནས་ལོགས་སུ་རང་
 སྒྱུ་སྤུབ་པར་གནས་ཏེ་རང་གི་ལུས་ལ་གའི་མལ་ནང་དུ་འདུག་པ་མདོན་སུམ་དུ་
 མཐོང་བ་སོགས་འཛམ་གླིང་གང་སར་བྱུང་བ་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བ་ཙམ་ཡོད། ཚན་
 རིག་པ་འགའ་རེས་ཀྱང་འདི་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆེར་བྱས། ཟུང་པར་དུ་རང་ཉིད་ལ་
 མྱོང་བ་འདི་མདོན་སུམ་དུ་བྱུང་བས་ཡ་མཚན་སྒྲིམ་ཏེ་བརྟག་དབྱང་གིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེར་
 བྱེད་མཁན་ནི་རབ་འབུམས་པ་མོས་ཏིས་R.A.Moodyཡིན་ཏེ། ཁོས་ ༡༩༥༠

ཡོར་མི་བརྒྱ་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་ལ་བརྟག་དབྱང་བྱས་ཏེ། ཆོ་རབས་ནས་ཆོ་རབས་
 ཞེས་པའི་དེབ་ཅིག་བརྩམས་པའི་ནང་དུ། ཁོ་ན་རེ། དེད་ཀྱིས་མི་གི་བའི་རྗེས་སུ་ད་
 ད་དུང་རྣམ་ཤེས་གནས་པ་ལ་བདེན་དཔང་བྱ་སྟམ་པ་མིན་ལ། བདེན་དཔང་དེ་འདྲ་ནི་
 ད་དུང་བྱེད་བྱ་བ་སྟམ་དུ་འང་མི་སེམས་སོ། །ཞེས་བྲིས་མོད། འོན་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་
 བརྒྱད་མར་བརྟག་དབྱང་ཆེས་ཆེར་བྱས་པས་ལྟ་བུ་ལ་བོག་ཐོན་ཏེ། ༡༩༥༥ལོར་རྒྱང་
 རིང་གི་འོད་ཟེར་ཞེས་པའི་དེབ་ཅིག་བྲིས་པའི་ནང་དུ། དེད་ཀྱིས་མི་གི་བའི་རྗེས་སུ་
 ད་དུང་དངོས་པོ་ཞིག་གནས་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་གཙོ་
 བོན་ནི་མི་འཆི་བར་ཉེ་བའི་ཆོ་རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་བའི་ཉམས་ཕྱིང་NDEལྟར་བ་
 འདི་ཡིན། ཞེས་ཟེར་རོ། །བྲིས་སུ་རབ་འབྱམས་པ་མང་པོས་ཀྱང་ཉམས་ཕྱིང་འདི་
 ལ་བརྟག་དབྱང་བྱས་ཏེ་མོས་ཏིས་ཀྱི་ལྟ་བུ་དེ་ཡང་དག་ཏུ་སྒྲུབ་བོ། །དེའི་ཆོ་ན་ལུས་
 མོ་ལས་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་སྟིང་ནད་ཁག་གི་དགེ་ཆན་ཨ་མེན་(M.B. SOA-
 BOM)ཀྱིས་མོས་ཏིས་ཀྱི་ཆོ་རབས་ནས་ཆོ་རབས་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་མཐོང་སྟེ་ཐོག་
 མར་ཡིད་མ་ཆེས། དེ་རྗེས་བདེན་མིན་བརྟག་པའི་ཆེད་དུ་རང་གི་གསོ་བྱའི་ནད་པ་
 རྣམས་ལ་བརྟག་དབྱང་བྱས་པས་བརྟགས་ཤིང་བརྟགས་ཤིང་ཡིད་རྗེ་ཆེས་སུ་གྱུར།
 སྟིང་ནད་ལྟར་སྒྲོབས་བྱེད་ཆོ་ནད་པ་འགའ་རེའི་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ཏེ་ཁང་
 པའི་ནང་གི་བར་སྤང་དུ་བྱ་སྒྲོ་རྒྱུད་གིས་བརྟགས་པ་ལྟར་སོང་སྟེ་མར་བལྟས་པས་
 སྒྲན་པས་རང་གི་ལུས་ལ་སྒྲན་བཙོས་བྱེད་པ་དང་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་ནད་འཆོས་
 བྱེད་ཀྱི་འབྲལ་ཆས་རྣམས་ཀྱི་དབྱིབས་སོགས་ཀྱང་མཐོང་སྟེ་སྤྱར་སོས་ཆོ་དྲིས་པས་
 རི་བཞིན་དུ་འཆད་ལ་འབྲལ་ཆས་དེ་དག་ནད་པའི་སྒྲོན་མིག་གིས་མཐོང་ཕྱིང་མེད་
 པས་ཁོ་གིན་ཏུ་ཡ་མཚན་ཞིང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་ད་སྔོན་ཤེས་ཟིན་པའི་སྒྲིང་དོས་རིག་



པ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་གིས་སྒྲུང་ཚུལ་འདི་དག་ལ་འགྲེལ་བཤད་
བྱ་བ་བསམ་གཏན་ནས་མེད་པར་ངོས་འཛིན་བྱེད་དོ། །

འདི་རྣམས་ནི་ནད་དྲག་པོའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་གི་བའི་དྲགས་རྣམས་སྒྲུབ་པས་མངོན་སུམ་
དུ་མཐོང་ཞིང་རེ་ཞིག་རྣམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ཡང་སྒྲར་སྒྲུར་སྒྲོབས་བྱས་པ་སོགས་
ཀྱིན་གྱིས་ལུས་ལ་ཕྱིར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ནད་མེད་ཀྱང་འགའ་རེའི་
རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ནས་གྲང་དང་ཕྱིག་པ་ལ་ཐོགས་མེད་དུ་འགྲོ། མཚན་མོ་
སུན་ནག་ནད་དུ་འང་ཉི་འཁོར་རྣམས་མཐོང་ཞིང་དངོས་པོ་རྣམས་འོད་དང་ལྗན། མི་
གཞན་གྱི་ཁྱིམ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། ཁྱིམ་དེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་སྡུད་རྣམས་ཇི་བཞིན་དུ་
མཐོང་། རི་དང་རྒྱ་མཚོ་བརྒྱལ་ནས་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དུ་འང་འགྲོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

འདི་ནི་རེད་ཅག་གི་གཞུང་འགའ་རེ་ལས་བཤད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བྱུང་འདུག་ཟླ་
འོག་དུ་འཆད་དོ། །

ཨ་རེའི་ཁ་ལི་སྒྲོ་ཉི་ལ་སྒྲོབ་བྱ་ཆེན་མོའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྒྲུབ་པ་ཐ་བྱ་ (C.
Tart)ཞེས་པས་བྱིས་པའི་སྒྲན་ལུ་ལས། སུ་མོ་གཞོན་དུ་ཞིག་གིས་མོ་རང་རྒྱང་
དུས་ནས་བཟུང་གཟུང་འཁོར་རེར་ཐོངས་གཉིས་སམ་བཞི་ཙམ་ལ་རྣམ་ཤེས་ལུས་
ཀྱི་ཕྱིར་འགྲོ་ཟླ། མཚན་མོ་མི་ལམ་ལས་སད་ཆོ་རྣམ་ཤེས་བར་སྒྲུང་དུ་ཐོན་ནས་
འདུག་ལ། རང་གི་ལུས་མལ་དུ་ཉལ་བ་གསལ་བར་མཐོང་ཟེར། ཐ་བྱ་ཡིས་སུ་མོ་
དེ་བས་ཉི་ཆོད་བཟླ་ཁང་དུ་ཉལ་བཅུག་ མལ་ཁྱིའི་སྤྱིང་གི་བར་སྒྲུང་ལ་སྤྱོད་སྒྲུབ་
ཞིག་བྱས་པར་གྲོག་གི་རྒྱ་ཆོད་གང་ཡང་རུང་བའི་ཨང་གངས་གནས་ལ་ཅན་འཆར་
བ་ཞིག་བཞག་ཟླ་བརྟགས་པ་ན་ཉིན་བཞི་པའི་རུབ་མོ་སུ་མོ་གཉིད་དུ་ཡུར་རྗེས་རྒྱ་
ཆོད་སྤྱིང་གི་ཨང་གངས་རྣམས། གཉིས། ལ། གཅིག་གསུམ། གཉིས་ཞེས་ཇི་ལྟ་བུ་
བཞིན་གྲོག་ཐུབ་པ་བྱུང་ངོ། །ཞེས་ཟེར་དེ། འདི་ནི་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ་བཤད་པར་

ངོ་འཕྲོད་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་༡༧༧༡ལོར་གི་པའི་སྤུང་ཏེན་གྱི་ཡུལ་བྱུང་ཚན་རིག་པ་ཉི་མེ་ཏེན་པོ་
ལའང་རྒྱམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་པའི་ཉམས་མྱོང་འདི་བྱུང་སྟེ། ཁོང་གིས་ཆོ་སྤྱོད་དུ་
རང་བྱུང་ཚན་རིག་སྒྲོར་ལ་བྱས་རྗེས་ཁྱད་འཕགས་བཞག་ལ། སྒྲེ་ཁམས་དང་
སེམས་ཁམས་རིག་པ་བཤའ་བཅོས་སྒྲོར་ལ་གཞུང་མང་དུ་བརྩམས་པས་མཁས་
པའི་གྲགས་པ་བྱས། ཆོ་སྤྱོད་དུ་རང་ཉིད་ལ་གོང་སྒོམ་གྱི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་བ་ཀྱང་ལ་
ཁྱབ་བསྐྱགས་བྱས་ཏེ། ཁོང་ལ་བྱུང་བའི་ཉམས་མྱོང་གིས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་
ལྟའི་མི་རྒྱམས་གིས་སྒྲུས་པའི་ཉམས་མྱོང་དེ་རིམ་ལྔ་བ་བཞིན་དུ་འདུག ཁོང་གིས་
མིའི་དབུགས་ཆད་པའི་རྗེས་སུ་གཟུགས་ཅན་གྱི་ལུས་འདི་དང་བྲལ་བ་ཙམ་ལས་
གཏན་དུ་གི་བའམ་ཤེས་པ་རྒྱན་ཆད་པ་མ་ཡིན། དེས་ན་གི་ཞེས་པ་ནི་གནས་གཞན་
ཞིག་ནས་གཞན་ཞིག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཙམ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་འདྲའི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་
མཁན་ནི་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱུ་གཞན་ནས་ཀྱང་མང་དུ་བྱུང་ལ། ༡༧༧༩ལོར་
བསྐྱམས་ཅིས་བྱས་པས་ཨ་རི་ཁོ་ནར་ཡང་མི་ས་ཡ་གཅིག་དང་འབུམ་ཕྱག་གསུམ་
ཙམ་བྱུང་ངོ་། །དེ་ཕྱིར་སྤྲང་ཚུལ་འདི་མེད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་སྟུང་མ་བྱུང་། ཡོད་པ་
གཞིར་བཞག་པའི་སྤེང་ནས་བཤད་པ་མི་མཐུན་པ་སྤྲ་ཆོགས་བྱེད་དེ། བྱང་འདས་
ཆེན་པོ་ལས། དཔུས་ཡོང་རྒྱམས་གིས་གླུང་ཆེན་གྱི་གཟུགས་སྒྲུས་ཚུལ་གསུངས་པ་
རིམ་བཞིན་དུ་བྱུང་འདུག་སྟེ། རབ་འབྱམས་པ་མོས་ཏིས་གྱི་ཡང་སྤྱོད་ཅེས་པའི་དེབ་
ཏུ་འགྲེལ་ཚུལ་གཞན་དག་ལ་གནད་དུ་ཐོག་པའི་དགག་པ་བྱས་འདུག་གོ། ཁྱོད་
གནས་དྲན་པ་དང་འཆི་ཁའི་ཉམས་མྱོང་འདི་གཉིས་ཞིབ་པར་རང་ལུགས་གྱི་སྒྲུབས་
སྟུང་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །



གསུམ་པ་ཚན་རིག་གི་རིགས་པ་གསར་པ་དང་འགལ་བ་ནི། སྤར་བས་ཀྱི་ཚན་རིག་
 རྟོག་པའི་ལྟ་བ་ཙམ་ལ་ཞེན་ལྟས་དམ་དུ་འཇུག་གིང་སློ་མིག་དོག་པའི་གཡམ་རྒྱག་
 མཁན་མང་པོ་ཞིག་གིས་སྤར་གྱི་དངོས་གཞི་པ་དག་གིས་སྤྲས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ལྟར་
 སྤར་རྒྱུ་ལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་བ་སྤྱི་མེད་པར་འདོད་མོད། དེ་དང་སྤྲས་ཀྱི་ཆེས་ལུལ་
 ཏུ་བྱུང་བའི་ཚན་རིག་གི་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ༡༩༠༩ལོར་ནོ་པེ་ཨེར་
 གསོ་རིག་བྱ་དགའ་ཐོབ་པའི་དབྱིན་ཇིའི་ཚན་རིག་པ་ཡེ་ཏྲན་ཨེ་ཁུ་ཡིས་(Sir
 John Ec-des)ཀྱི་བྱ་དགའ་ཐོབ་པའི་དབྱུང་ཚོམ་དེ་ཉིད་ལས། དབང་ཅའི་ཕྱ་
 ལུང་ལན་ཚུན་པར་གཟུགས་དབྱིབས་མེད་པའི་སྤྱེལ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཞིག་འདུག་པ་
 དེ་ཉིད་རྒྱུ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཆ་རེད། ཅེས་དང་། ཡང་ཁོང་གིས། མིའི་ལུས་པོའི་ནང་
 ཏུ་པེམ་པོ་མ་ཡིན་པའི་བསམ་སློ་དང་སེམས་ཤུགས་ཀྱི་མཉམ་བཟང་གི་ཅིག་ཡིབས་
 བས་ཡོད། དེ་ནི་མངལ་ཆགས་པའི་གནས་སྐབས་སམ་ཆེས་ན་ཕྱ་བའི་གནས་
 སྐབས་སུ་མིའི་ལུས་ཀྱི་གྲང་ཆེན་ནང་དུ་ཞུགས་པ་སྟེ། དེས་གྲང་ཆེན་ལ་དབང་རྒྱར་
 བར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན། མིའི་གྲང་པས་སློག་གི་གྲང་པ་ལ་བཞོན་འདོམས་བྱེད་པ་
 བཞིན་ནོ། མིའི་གཟུགས་མེད་པེམ་མིན་ཀྱི་རྒྱུ་ཤེས་དེས་གདོས་བཅས་ཤིང་ཁག་
 གི་ལུས་ཀྱི་གྲང་ཆེན་ལ་དངོས་སུ་སྤྱེལ་འདེད་བྱེད་པ་སྟེ། གྲང་ཆེན་ནང་གི་གྲང་པའི་
 དབང་ཅའི་ཕྱ་ལུང་རྒྱུ་ལ་བྱ་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། པེམ་མིན་རྒྱུ་ཤེས་
 ཀྱི་མཉམ་བཟང་གི་འདི་ནི་གྲང་ཆེན་གི་པའི་རྒྱུ་ཤེས་དང་དམ་ལ་ཆོ་སྟོན་གི་བྱེད་
 ལས་ཀྱི་རྒྱུ་ཤེས་པའང་ཡོད་དེ། བམ་ཡང་རྒྱན་མི་འཆད་པར་གནས་སུང་ངོ། ཞེས་
 ཟེར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ། ཉོས་ཅུན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོའི་སྐད་གཤམ་ཅན་གྱི་སྤྱི་དངོས་རིགས་པ་སྤྱི་
 བ་ཁ་ལུས་ཅི་ཤས་ལུན་(Sir Charles Sherrington)ཏོན་གྱིས་གྲང་། མིའི་གི་

ཁྲག་གི་ལུས་ཀྱི་ནང་དུ་བཅུ་མིན་གྱི་ངའམ་བདག་ཅིག་གནས་ཏེ། དེས་སྲུང་པ་ཆེ་
 རུང་ཁ་ལོ་སྲུང་ཅིང་ཡོད། ཅེས་ཟེར་རོ། ཁ་ན་ཏའི་སྒྲོད་གྲགས་ཅན་གྱི་དབང་རུ་
 སློང་དོས་རིག་པ་སྒྲུབ་རབ་འབྱམས་པ་ཡན་རྟེན་གྱི་མིའི་རིགས་ལ་གྲགས་
 བཅུ་པའི་ལུས་ཤིག་ཡོད་པར་མ་ཟད། དབྱིབས་མེད་བཅུ་མིན་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་
 དེས་པར་ཡོད་དོ། ཞེས་དང་། ཨ་རིའི་ཁ་ལི་སྤྱོད་ཏེ་ཡ་བཟོ་སྒྲོབ་ཆེན་མོའི་སྟུན་
 གྲགས་ཆེ་བའི་དབང་རུ་སློང་དོས་རིག་པ་པ་རབ་འབྱམས་པ་རྟེན་པེ་ལིས་(Dr.
 Roger sperry)ཀྱིས་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྲུང་ཆེན་ཕྱོགས་གཉིས་པའི་རུས་པ་ལ་
 དབྱེ་བ་ཞིབ་པར་བྱེས་ཏེ་བཤད་པས། ༡༩༥༡ལོར་ནོ་པེ་ཨེར་གསོ་རིག་གསར་
 བཅོལ་གྱི་བྱ་དགའ་ཐོབ། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། མི་རྣམས་ཀྱི་ངའམ་བདག་དེ་ནི་ཁྱད་དུ་
 འཕགས་ཤིང་དགོས་གཤམ་ཆེ་བའི་བཅུ་མིན་ཞིག་སྟེ། ཆགས་ཚུལ་རིམ་པ་རྣོག་དུ་ཆེ་
 བའི་ལུས་ཀྱི་སྲུང་ཆེན་ནང་དུ་མངོན་ཞིང་། སྲུང་ཆེན་གྱི་ཆོ་གས་རེ་རེ་བཞིན་དབང་
 སྲུང་པར་བྱེད། ཅེས་དང་། དབྱིན་ཇིའི་རུས་ལེ་སྒྲོབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་རབ་འབྱམས་པ་
 མེ་ཁས་ dr.donaidd.mackay ཞེས་པས་ཀྱང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངའམ་བདག་དེས་
 ལུས་ཀྱི་སྲུང་ཆེན་ཁ་ལོ་སྲུང་ཅིང་། སྲུང་ཆེན་གྱི་བའི་རྗེས་སུ་དུང་རྣམ་ཤེས་དེ་
 རྒྱན་མི་འཆད་དུ་གནས་པར་འདོད་དོ། །

འཛམ་གླིང་ཤིལ་བོར་སྟུན་གྲགས་རབ་རྩ་འབར་བའི་རྩིས་རིག་རབ་འབྱམས་པ་ཡེ་
 ཏན་རྒྱང་ཉེས་མན་Dr JOHN YOn NeUMannཞེས་པས་ཀྱང་། མིའི་ལུས་
 ཀྱི་ནང་དུ་བཅུ་མིན་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངའམ་བདག་ཅིག་ཡོད་ཆོད་འདུག དེས་ལུས་ཀྱི་
 སྲུང་ཆེན་ལ་དབང་སྲུང་པར་བྱེད་ཅིང་དོས་པོ་དག་ལའང་རྒྱང་མ་ནས་
 ཆོད་འཛིན་བྱེད་དོ། ཞེས་ཟེར། རྒྱང་ཉེས་མན་འདི་ནི་ཆོན་རིག་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བོས་



འཇམ་གླིང་གི་མི་ཀུན་ལས་ཆེས་རིག་པ་རྣེས་པར་བསྟགས་གིང་། གོ་པེ་ཨེར་དངོས་
 ཁམས་རིག་པའི་བྱ་དགའ་འཕྲོ་བ་མཁན་ཉན་སུ་པེ་ཐུ་Hans Betheཞེས་པ་ན་རེ།
 དེད་ལ་སྐབས་འགར་ཡེ་ཉན་རྒྱང་ཉེས་མན་ལྟ་ཐུའི་གྲང་པ་རྣེས་པོ་འདིས་འཛིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་རང་རེ་མིའི་རིགས་ལས་ཀྱང་བརྒྱལ་བའི་ཆེས་ཐུལ་དུ་བྱུང་
 བའི་རིགས་ཤིག་ཡོད་ཅེས་ང་ཚོ་ལ་བརྟུན་པ་མིན་ནམ་སྙམ་དུ་དོགས་པ་ཞིག་
 འགོག་མེད་དུ་འཆར་འོང་གིན་འདུག་ཅེས་རྒྱང་ཉེས་མན་ལ་བརྟུན་བསྟགས་ཆེར་
 བྱས། དེ་བཞིན་དུ་༡༩༤༣ལོར་གོ་པེ་ཨེར་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་བྱ་དགའ་
 འཕྲོ་བ་མཁན་རབ་འབྱམས་པ་ཡོས་ཅུན་མེ་གུ་ན་Dr. EUgeme wignorཞེས་
 པ་འདི་དུས་རབས་འདིའི་ཆེས་རྒྱབས་ཆེ་བའི་ཆོན་རིག་པའི་གསུམ་ཤིག་རེད། འདིས་
 ཀྱང་རྒྱང་ཉེས་མན་གྱིས་མི་ལ་བེམ་མིན་ནམ་ཤེས་གྱི་རུས་ཀྱགས་ཞིག་ཡོད་པ་དང་
 དེས་དངོས་པོ་ནམས་ལ་འགྱུར་བ་སྦྱེད་ཐུབ་ཅེས་སྒྲིམ་པའི་ལྟ་བུ་དེར་ཡི་རངས་
 ཀྱགས་ཆེན་བྱེད་པར་འདུག་གོ། ཐུལ་དུ་བྱུང་བའི་གྲང་པའི་ཆོན་རིག་པ། གོ་པེ་
 ཨེར་བྱ་དགའ་འཕྲོ་བ་མཁན་མཁས་དབང་ཨེ་ཁུར་སུ་དགོ་ཤན་ཆེན་མོས་ལོ་མང་
 པོར་གྲང་ཆེན་ལ་ཆོན་རིག་གིས་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་བེམ་པོ་
 བཞིན་དུ་རང་སྒྲུ་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་སྟེ། གྲང་ཆེན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་བརྟེན་
 བས་གནས་ལ། གྲང་ཆེན་ནི་རྣམ་ཤེས་དེའི་ཉེར་སྦྱོད་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས། དེ་
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཁོང་གིས་མི་ཤི་བའི་འོག་ཏུ་རྒྱུན་འཆད་པར་སྒྲུ་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་
 པར་འདོད་པའི་ཚུལ་ཡང་། གྲང་ཆེན་ཆོན་རིག་པ་འདི་དང་ཐུལ་དུ་བྱུང་བའི་མཚན་
 ཉིད་རིག་པ་སྒྲུ་བ་པོ་ལེས་རྣམ་གཉིས་མཉམ་འབྲེལ་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་གཞུང་།
 བདག་དང་དེའི་གྲང་ཆེན་ཞེས་པ་ལས། རྣམ་ཤེས་འདི་གཟུགས་སོགས་བེམ་པོ་
 རྣམས་བཞིན་དུ་འོགས་སུ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་གྱི་བེམ་པོའི་གནས་

སྐབས་ལ་བཏགས་པ་ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་བཤད། དེར་རབས་ཀྱི་ལུས་ཏུ་བྱུང་
པའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྒྲུབ་(Jung) ཅིང་ཀིས་བརྩམས་པའི་རྣམ་ཤེས་འཛུལ་
མཁན་དེར་རབས་ཀྱི་མི་ཞེས་བྱ་བ་ལས། གྲུང་ཆེན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་
རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཞར་ལ། བཅ་པོའི་གནས་སྐབས་ལ་བཏགས་པ་མཆོག། ཐོན་པའི་སྤང་
བ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་བྱེད་མི་རྣམས་ཏེ། ཞེས་དང་། གྲུང་ཆེན་གྱི་ཆགས་
ཚུལ་དང་སེམས་ཁམས་རིག་པས་ནི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་ཚུལ་ལ་འབྲེལ་བཤད་ཅི་ཡང་
བྱས་མེད་དོ། །

སེམས་ཀྱི་རང་གཤིས་ནི་གཞན་གྱི་ངོ་བོར་འགྱུར་མི་སྲིད་པའི་བྱུན་མེན་ཞིག་ཡིན།
ཞེས་དང་། དེར་རབས་ཀྱི་ཁྱད་ཏུ་འཕགས་པའི་ཚན་རིགས་པ་གསར་གཏོད་མཁན་
གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་པའི་མཆོན་སྟན་ཐོབ་པ་ཨེ་ཏིས་ཐུན་གྱིས། སེམས་ཅན་གྱི་སྟག་ནི་
དངོས་པོ་གཞན་རྣམས་བཞིན་ཏུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་གནས་ཤིང་། མི་ཤི་བའི་རྗེས་
རྣམ་ཤེས་ནི་ལུས་གཞན་ཞིག་ལ་ཁྱུགས་ནས་བར་མེད་ཏུ་འཁོར་བ་ཡིན་པར་པེད་
ཡིད་ཆེས་གྱིན་ཡོད། ཅེས་དང་། རྒྱལ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་ལུས་ཏིས་གྱིས་བརྩམས་
པའི་ཤི་བའི་ཞིབ་འཇུག་ཅེས་པ་ལས། རྣམ་ཤེས་གྲུང་ཆེན་དང་བྲལ་ནས་རང་རྒྱ་
བྱུང་པར་མ་ཟད། གྲུང་ཆེན་ཉིར་སྦྱོང་ཏུ་བྱས་ཏེ་རྣམ་པ་སྟོབས་འདོན་བྱུང་
བོ། ཅེས་དང་། རྒྱལ་མན་ལོན་གྱིས་བརྩམས་པའི་ཤི་བ་དང་དེའི་གསང་བ་ཞེས་
པ་ལས། སེམས་ནི་རང་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཆོན་དེའི་ཕྱིར་རྒྱུན་མི་འཆད་
པའང་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། འཇར་མན་གྱི་སྟན་གསལ་ལྟན་པའི་མཆོན་ཉིད་རིག་
པ་པ་ཉོས་པེན་ཏུ་ཡིས་ཀྱང་། ཤི་བ་ནི་གཟུགས་སྤང་གི་ཐ་མ་ཡིན་གྱི་རང་ཉིད་
གནས་པའི་ཐ་མ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་ད་ལྟའི་ཆོན་རིག་པའི་



ནང་ནས་སྒྲོ་ཆོ་པའི་ཡང་ཅེར་སོན་པ་དག་གིས་ཆེས་སྒྲོན་སོན་གྱི་འབྲུལ་ཆས་ནམས་
 གྱིས་བརྟགས་པ་ན་སེམས་སྒྲིད་ཆེན་གྱི་ཆ་གས་ཙམ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ལྟ་བུ་དེ་
 བྱིད་བྱུང་མི་བཟོད་པར་མཐོང་ནས་དེ་ཁོ་ནའི་རྗེས་སྒྲོས་མ་བྱས་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་
 བ་གསར་པ་བཟུང་ངོ། །སྒྲོན་དུས་སྒྲུ་ཚན་རིག་པ་པལ་མོ་ཆེ་ཉེས་ཏུན་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་
 གཅིགས་ཆེན་བྱེད། དེ་རྗེས་ཨེ་དབྱིན་སྒྲུ་ཐན་བྱུང་ནས་ལྟོས་བྱུང་སྒྲུ་པའི་རིགས་པ་
 བརྟན་པས་ཐམས་ཅད་དེའི་རྗེས་སྒྲུ་འབྲངས་ནས་སྒྲུ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་མཁན་མ་བྱུང་།
 ཚན་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་འདི་ལྟ་བུ་མང་བོ་བྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟ་ཡང་ནམ་ཤེས་
 ལུས་ཀྱི་ཆ་གས་སྒྲུ་བ་དག་གི་ལྟ་བུ་ནི་པལ་ཆེར་མེ་གི་པའི་དུད་པ་ལྟ་བུར་བྱུར་
 པའི་གནས་སྐབས་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ཉེ་བར་སྒྲེབས་འདུག་སྟེ། ཁོ་ལོམ་པི་ཡ་
 སྒྲོབ་བྲུ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཀན་རབ་འབྲམས་པ་ལོ་ཕེ་ཏོས་ལོས་མེན་ན་རེ། དེར་རབས་
 ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་ནི་མདུན་ལམ་ཟད་པར་བྱུར་པའི་ལམ་ཞིག་གི་ཐོག་ཏུ་
 གཏན་ཉོད་བྱས་འདུག་ཅེས་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །

མདོར་ན། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲུ་བ་སྒྲུ་བྱི་མེད་པ་འདི་ཚན་རིག་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་
 ཞེས་ཚན་རིག་ལ་རྒྱུས་མེད་པ་དག་གི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ། ཏ་ཅང་མཐིལ་བྱིན་པར་
 ཤེས་ལུལ་གྱིས་སྒྲུ་བར་བྱེད་ཀྱང་། ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་ཚན་རིག་གིས་སྒྲུ་བ་སྒྲུ་བྱི་
 མེད་པ་གཏན་ནས་མི་འགྲུབ་པ་ཤེས་དགོས། ཚན་རིག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ལུབ་སྟོགས་
 ཡིན་པས་ད་ལྟ་ལུབ་སྟོགས་པའི་མཁས་པ་གཞུ་པོར་གནས་པ་དག་གི་ཅི་ཟེར་ཤེས་
 པར་གྱིས་ཤིག དེས་ན་རིགས་པས་གང་བྱུང་པའི་རྗེས་སྒྲུ་འབྲངས་ན་མཛེས་པ་
 ཡིན་གྱི། ལྷ་རྒྱལ་ལ་མིང་སྟན་པོ་རི་ལྟར་བརྟགས་ཀྱང་སྟིང་པོ་མེད་དོ། །

བཞི་པ་ནི། སྒྲིད་ཆེན་དང་ནམ་ཤེས་ཀྱི་བྱེད་བྱས་འགའ་རེ་ལ་པན་བྱ་པན་བྱེད་ཀྱི་
 འབྲེལ་པ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ནམ་ཤེས་རིལ་པོ་སྒྲིད་ཆེན་ལས་སྒྲོན་

མེད་གསར་དུ་སྐྱེས་པར་སྐྱབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མ་དེས་པ་ལྟེ། འདི་ལྟར་རྟེན་གྱིས་དང་།
གནས་སྐབས་ཀྱིས་དང་། རྣམ་པས་མ་དེས་པ་དང་། ལྟར་མེད་མི་འགྲུབ་པས་མ་
དེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་རྟོག་དཔྱད་གྱི་སྒོ་འདི་གྲང་ཆེན་འགྲུལ་སྒྱུད་
གྱི་གནས་སྐབས་ལ་བརྟགས་པ་ཙམ་ཡིན་ན་གྲང་ཆེན་མེད་པའི་མི་རྣམས་ལ་རྟོག་
དཔྱད་གྱི་སྒོ་གཏན་མེད་དགོས་ཏེ། གྲང་ཆེན་མེད་ན་དེའི་འགྲུལ་སྒྱུད་ཡོད་མི་ཕྱིད་
ལ། དེ་མེད་ན་རྣམ་ཤེས་མེད་པར་ཁས་བླངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་འདྲ་གྲང་ཆེན་
ཡེ་མེད་པ་རྣམས་ལ་རྟོག་དཔྱད་གྱི་སྒོ་ཤིན་ཏུ་ནོ་བ་ཡོད་པ་གོང་དུ་སྐྱེས་པ་བཞིན་
ནོ། །དེས་ན་རྣམ་ཤེས་གྲང་ཆེན་གྱི་གནས་སྐབས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཙམ་
ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་དེས་པ་མ་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པོ། །གཉིས་པ་ནི།
གང་ཟག་གི་རྒྱུད་གཅིག་ལ་འདྲ་སྒྱིར་བརྟེན་དུ་གྲང་ཆེན་གྱིས་སེམས་གྱི་ཁྱད་པར་གྱི་
ཆོས་འགའ་རེ་སྐྱེད་དུ་རྒྱུག་ཀྱང་། གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་དེར་མ་དེས་ཏེ། ཤི་
ནས་བར་སྐྱེད་གྲུབ་པའི་ཆོད་དང་། མ་ཤི་བར་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ཏེ་ལོགས་སུ་
སོང་པའི་ཆོན་གྱི་ཁྲག་གི་ལུས་རིལ་པོ་ལྷུ་དུ་བཞག་པ་ལས་གྲང་ཆེན་ཁྱེད་ཏེ་སོང་
བ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། རྟོག་དཔྱད་གྱི་སྒོ་ནི་ལྟར་ལས་ཀྱང་གསལ་ཞིག་ཡོད་པ་འཇམ་
སྒྲིང་ཡོངས་ལ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་ནི། མིག་ལ་སྒྱོན་བྱུང་བས་མིག་ཤེས་འགགས་པ་བཞིན་གྲང་ཆེན་ལ་ཕན་
གནོད་བྱས་པ་ལས་རྣམ་ཤེས་བྱེ་བྲག་འགའ་རེ་ལ་འགྱུར་བ་འབྱུང་བ་ཡོད་དུ་རྒྱུག་
ཀྱང་། དེ་ནི་རྣམ་ཤེས་རགས་པ་དེ་དག་ལ་གྲང་ཆེན་གྱིས་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་བྱེད་
པའི་དབང་གིས་བྱུང་གི་ཀྱན་གཞི་ལྟ་བུའི་རྣམ་ཤེས་བརྟན་པ་དག་ནི་གྲང་ཆེན་ལ་
ཕན་གནོད་རི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཡོད་མེད་དུ་འགྱུར་བར་བསྐྱབ་མི་རུས་སོ། །དེས་ན་



འདི་ནམས་ནི་ཐུ་བའི་ནང་གི་འབྲས་གཅིག་ཆོས་པར་མཐོང་བས་ཐམས་ཅད་ཆོས་
པར་སྒྲིམ་པ་བཞིན་ཁྲུབ་པ་གཏན་མེད་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུབ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་གསུང་
པར་བྱལོ། །

བཞི་པ་ནི། གྲླེང་ཆེན་དང་ནམ་གསུམ་གྱི་ཁྲུབ་པར་འགའ་ཞིག་ལ་ད་ལྟ་འབྲེལ་བ་
མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཁྲུབ་གཞི་ནམ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་གྲླེང་ཆེན་ལས་སྡོན་མེད་གསར་
སྐྱེས་ཡིན་པར་བསྒྲུབ་མི་རུས་ཏེ། འབྲས་བུ་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྐྱེ་བར་གསུང་བ་ལ་དེ་རྒྱ་
རྒྱུན་ནམས་གྱི་སྒྲུབ་པ་ལ་དུ་མེད་དེས་ཡིན་པ་གསུང་གོས་གྱི་གཞན་དུ་དེ་ལས་གསར་
དུ་བྱུང་བར་མི་འགྲུབ། དེས་ན་ནམ་གསུམ་གྱི་གྲླེང་ཆེན་གྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་ལ་དུ་མེད་...
དེས་སུ་མི་འགྲུབ་སྟེ། གཞན་གྱི་ནམ་གསུམ་རང་དེའི་མིག་དབང་སྟགས་ལས་པ་
ནམས་གྱིས་འཛིན་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ནམ་གསུམ་ལས་ལས་སྡོན་ཏེ་མི་ཆོག་སྟེ།
ཁྲུབ་དུ་ཕྱིན་ཆོས་པར་ཐམས་ཅད་མཐོང་ཡང་རྒྱུར་སྒྲིམ་གྲུང་མི་མཐོང་བར་བཤད་པ་
ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་གྲླེང་ཆེན་དང་ནམ་གསུམ་ལ་སྟོགས་གཅིག་ནས་རྟེན་བརྟེན་པར་
མཐོང་བ་དང་ནམ་གསུམ་དེ་ལས་སྡོན་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་ཅི་
ཡང་མེད་པས་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྒྲུབ་དེ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་གསུང་བ་རང་རྒྱུབ་མེད་པ་
དང་། སྐྱེ་བ་སྒྲུབ་མེད་པར་དེའི་པསྒྲུགས་པ་ནི་རྒྱུན་ཆོག་རུ་མ་བོ་ཆེ་ཡིན་ལ། གཞན་
དག་བརྟག་དབྱུང་ཙམ་ཡང་མེད་པར་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ནི་མོངས་དང་གྱི་
མཐར་སོན་པ་སྟེ། དཔལ་ལྷན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཞལ་སྒྲུ་ནས། འདི་ལའང་རྗེས་
སུ་བརྗོད་པ་ཡོད། །དེས་ན་དཔལ་ལྷན་པའི་སྐྱེན་པས་ཁྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །
དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པས་གྱི་ཆོན་རིག་པ་དག་གིས་སྐྱེ་བ་སྒྲུབ་མེད་པར་སྒྲིམ་པ་ལ་འགལ་
དང་མ་དེས་པའི་སྐྱོན་མང་དུ་གནས་པས་སྒྲུབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུབ་འབང་ཞིག་ཡིན་ལ།
ད་ལྟ་ཆོན་རིག་གི་རྟེན་དང་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྒྲུབ་སྐྱེན་པའི་མེད་པར་སྒྲུབ་བྱེད་མ་རྟེན་

པར་མ་ཟད་པལ་ཆེར་ཡོད་ལས་ཆེ་སྟམ་དུ་རིགས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་པའི་དོན་
 འབྱུང་གི་ཐེ་ཆོམ་དག་སྒྲུབ་ཞིན་ཡོད་དོ། །དེས་ན་ཁོང་ཆོར་སྒྲུབ་ལྷ་མྱེད་མེད་པའི་
 སྒྲུབ་བྱེད་རྣམ་དག་གཏན་ནས་མེད་པར་གསལ་པར་བྱ་སྟེ། ཨ་འི་མེར་ཚུ་ནེ་ཡ་སྟོབ་
 གྲ་ཆེན་མེད་དག་ཞན་རབ་འབྱམས་པ་ཉི་མུས་ལེན་ཉིན་གྱིས་ཡུན་རིང་པོར་བརྟག་
 དབྱེད་བྱས་ཏེ་སྒྲུས་པ། ང་ཆོར་ངེས་པར་དུ་སྒྲུབ་ལྷ་མྱེད་འདི་མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་
 ཐབས་གཏན་ནས་མི་འདུག་ལ་ཞེས་དང་། སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱིས་བྱུང་བ་རྣམས་
 གུངས་དང་སྒྲུས་ཆད་གཉིས་ཀ་རེ་མང་རེ་བཟང་དུ་འགོ་བར་འདུག་པས་མི་རྣམས་
 ལ་སྒྲུབ་ལྷ་མྱེད་འདི་ཡོད་ལས་ཆེ་སྟམ་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། ཐེ་
 ལན་གྱི་སྒྲན་རམས་པ་ཁྲིན་ཉིན་ཡུན་གྱིས་གུང་། ད་ལྟ་ཡོད་པའི་ཆོན་རིག་གི་རིགས་
 པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ནི། རྒྱན་མི་འཆད་པའི་ཆེ་སྟོག་དེ་ཡོད་པ་ད་དུང་འགོག་ཐབས་མི་
 འདུག་གོ། ཞེས་དང་། ཐེ་ལན་གྱི་རྩོམ་པ་པོ་ལང་ཡུས་ཅ་ཡང་སྒྲུབ་ལྷ་མྱེད་ཡོད་པ་ལ་
 ཏ་ཅང་སོམ་ཉི་ཆེན་པོ་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་མོད། ཁོས་གུང་། ལྷ་ང་ཚུ་ལ་འདི་རྣམས་
 ལ། རྣམ་གསལ་ལས་ལས་ཐོན་པར་སྟགས་མཆན། ང་ཆོས་ཚུ་ལ་དང་མཐུན་པའི་འགེལ་
 བཤད་ཅིག་བྱེད་མ་ཐུབ་ན། རྣམ་གསལ་ཡོད་དུ་རུང་བ་འདི་བསལ་ཐབས་མི་འདུག་
 པ་ལྟ་ཐུར་སྤང་ངོ། །ཞེས་སྒྲུབ་དགོས་བྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །རིགས་པས་གུང་དེ་གསལ་
 རུས་ཏེ། ཆོན་རིག་གི་གཞལ་བྱ་ནི་ལྷ་མྱེད་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་འདི་ཙམ་ཡིན་ལ། སེམས་
 གྱིག་ནད་གསང་དང་ཆེ་སྟེ་མྱེད་ཉི་དེའི་སྟོད་ཡལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འབྲུལ་ཆས་
 གང་གིས་གུང་དེ་དག་གཞལ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་སྟོན་གྱི་རིགས་གསར་
 སྒྲུབ་རྣམས་གྱིས་གོང་དུ་སྒྲུས་པའི་རྒྱ་མཆན་ལྟར་སྤང་བ་དེ་ལྟ་ཐུར་ལ་བརྟེན་ནས་
 རྒྱུ་བ་ལྷ་མྱེད་མེད་དོ་ཞེས་རིགས་གསར་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་འཇམ་ཅུ་གྱིང་ལ་བྱུང་བ་



བསྐྱུགས་ཕྱས་ཏེ་སྤྱོད་པོ་དུ་མ་མྱོངས་སུ་བརྟུག་པ་ནི་མིའི་རིགས་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལ་
ཆེས་མེམས་ཁུར་མེད་པའི་སྤྱོད་པར་སེམས་སོ། །

དེས་ན་མྱོངས་དང་ནི་ཡུལ་གང་ལ་ཕྱས་ཀྱང་མྱོངས་དང་རང་ཡིན་པས་རིགས་གསར་
པས་སྤྱས་པ་དག་ལའང་རིགས་པ་རྣམ་དག་གིས་དབྱེ་བས་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་
མྱོངས་དང་མ་བྱེད་ཅིག་དེ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཆོ་སྤྱི་མེད་པར་འདོད་པ་ལ་སྤྱབ་བྱེད་
གཏན་མེད་དུ་བརྟན་ནས། གཉིས་པ་ཆོ་སྤྱི་ཡོད་པར་འདོད་པའི་ལུགས་གཞག་
པ་ལ། སེམས་ཀྱི་བྱང་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། དེ་
གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་པ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ་དངོས་དང་དེ་ལ་ངེས་པ་
སྤྱོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྟོག་ཆགས་ཆེ་བྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ན་སེམས་
ཞེས་བྱ་བ་ཤིང་མ་བྱེད་པའི་ཆོ་སྤྱི་ལྟུང་གི་དངོས་པོ་གང་ལའང་དབང་
དགོས་པའི་ཉམ་ཆུང་། རྟོབས་རྒྱས་པའི་ཆོ་སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གང་ལའང་དབང་
རྒྱར་བར་བྱེད་པའི་བཅན་པོ། །ཏྲག་པར་ཁུང་དུ་གཤམ་ནས་ལུས་ངག་གི་བྱ་བ་ཐམས་
ཅད་སྤོང་བའི་གཉེ་བོ། གནའ་དེང་གི་རྟོག་གི་བ་བརྒྱ་སྟོང་མྱོངས་སུ་འཇུག་པའི་
གཡོན་ཅན། ལེགས་པར་སྤྱད་ན་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གཉེར་མཛོད་དུ་
གྱུར་པ་ཞིག་མཆིས་པ་ལས། འཇམ་གླིང་ཤར་གྱི་ཆ་འདིར་ལོ་སྟོང་བྲག་དུ་མའི་རིང་
ལ། རྟོན་པ་བྱགས་རྩེ་ཅན་སངས་རྒྱས་ཤུག་ཐུབ་པ། དྲང་སྟངས་མེར་སྤྲ། རྒྱ་གར་
ཀྱི་ཡོག་པ། བོད་ཀྱི་འཇའ་ལུས་པ། རྒྱ་ནག་གི་བསམ་གཏན་པ་སོགས་ཀྱིས་སོ་སོ་
ནས་སེམས་ཀྱི་གསང་བའི་སྒོ་འཕར་ཅི་རིགས་པ་བྱེས་པས་འགའ་ཞིག་དོན་གཉིས་
ཀྱི་མཐར་སོན། ཁ་ཅིག་ལ་འཛིག་རྟོན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་མ་མཛོན་དུ་གྱུར། ལ་ལ་
རྣམས་ལའང་ནད་གསོ་བ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རུས་པ་ཐུན་ཆོགས་ལྷ་ཆོགས་པ་ཐོབ་མོད།
མང་པོ་ཞིག་ནི་ད་དུང་སེམས་དེ་ཡོད་མེད་ཅམ་ལའང་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་ཅིང་ལུས་ནས་



གཉིས་པ་དེ་ལ་ངེས་པ་སྟེང་པ་ལ། དང་པོ་སྟེ་བ་ལྷ་མི་དྲན་པ་ཡོད་པས་བསྐྱབ་པ་ནི།
 སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ཀྱི་རྟོག་གི་འབར་བ་ཙུ་འབྲེལ་ལས། འདས་པའི་
 འཆི་འཕོའི་སེམས་ཡོད་པར་རི་ལྷར་གཤེས་གེ་ན། ཆོ་རབས་དྲན་ལ་སོགས་ཡོད་
 དང་། །ཞེས་དང་། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཆོ་རབས་དྲན་པ་གང་དག་གིས་ཆོ་རབས་ལྷ་
 མ་ནམ་པ་དུ་མ་དྲན་པར་བྱེད་པ་དག་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། རྩོན་གྱི་
 དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྟེ་བ་ལྷ་མའི་གནས་ལས་ལོངས་སྟོང་གཉིན་འབྲེལ་དང་བྱ་
 སྟོང་ཆོ་སྤྱ་ཐམས་ཅད་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་དྲན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཕྱིས་སྤྱད་པ་དག་ནི་
 དེར་སང་གི་རིགས་པ་གསར་བ་སྤྱ་བའི་མཐས་པ་དག་གིས་བརྟག་དཔྱད་ཡང་ཡང་
 བྱས་ཏེ་བདེན་པར་ངོ་འཕྲོད་པ་ཡིན་ཏེ། །ཨ་རིའི་མཐོ་སྟོབ་ལེར་ཙུ་ནེ་ཡའི་དགོ་ཆུན་
 ཆེན་མོ་རབ་འབྱམས་པ་ཉི་མུས་ལེན་ཅེན་Dr.Lan Stevenson གྱིས་ལུན་རིང་
 བར་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ཏེ་རྩོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་མཁན་གྱི་མི་ཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་ལོ་
 རྒྱས་ཕྱོགས་བསྟན་བྱས་གིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བདེན་དཔང་ཆེས་སྟོབས་དང་
 ལྷན་པ་ཉི་ལྷ་བདམས་ནས། ཡང་སྟོང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་བཟོད་ཉི་ལྷ་ཞེས་པའི་
 གཞུང་ཞིག་བརྩམས་སོ། །ཨ་རིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྤྱ་བ་རྟེ་ལེན་ལན་པ་ཉི་
 ཞེས་པས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་མི་སྟོང་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱས་བསྟན་སོ། །
 དེ་སོགས་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོན་རིག་པ་དག་གིས་དོན་འདིར་བརྟག་དཔྱད་ཡང་ཡང་
 བྱས་ཏེ་སོ་སོའི་བྱུང་དོན་གྱི་གཞུང་ཆེས་མང་པོ་བརྩམས་པ་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱ་
 ཡལ་མོ་ཆེར་བྱུང་སྟེ་སྟེ་བོ་མང་པོའི་མིག་རྒྱང་རེ་རིང་དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད། རྩོན་
 གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་མི་དེ་དག་ཀྱང་འཛམ་གླིང་ཤར་རྩལ་ཐམས་ཅད་ནས་བྱང་
 ཞིང་། སྟེ་བ་ལྷ་མིའི་ནམ་གཞག་ཡེ་མ་གསལ་པའི་ཡུལ་དག་ནས་ཀྱང་བྱང་། དེ་ལྷར་
 དྲན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་སྟེ་བ་ལྷ་མ་ནས་ཕྱི་མར་འཕོས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་སྟུས་

ཀྱང་མ་རྟེན་དོ། ། དེས་ན་སྟོན་གྱི་གནས་སྐབས་དྲན་པ་དང་། དེ་ཡང་བདེན་དཔང་
ཚད་མ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཕྱིན་སྐྱེ་བ་རྒྱ་ཕྱི་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་
པས་ཤིན་ཏུ་ངེས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་སྒྲུ་དུས་སྒྲུ་མུང་ཚུལ་ནི།
ཁྱིམ་བདག་མགུ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ཤི་ནས་ཁྱིམ་བདག་གདངས་ཅན་གྱི་སྒྲུ་མོར་སྒྲེས་
པས། ཀྱན་དགའ་པོ་ངོ་ཤེས་ཚུལ་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་ལས། དུས་གཞན་ན་
མགུ་བྱེད་ཀྱས་ནས་འཛི་བའི་ཆོ། དགོ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་པའི་དགོ་བ་
འདིས་ཁྱིམ་བདག་གདངས་ཅན་གྱི་ཚུང་མའི་མཆོག་གི་མངལ་དུ་སྒྲེས་ནས་སྟོ་
བསངས་ཅན་མ་ཇི་འདྲ་བར་གྱུར་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ཤར་བ་བདག་གི་ཁྱིམ་ཐབ་ཏུ་གྱུར་ཅིག་
ཅས་སྟོན་ལམ་བཟབ་པས་དེ་ལྟར་གྱུར་ནས་སྒྲུ་མོ་ཞིག་བཅས་པས་ཁྱིམ་དཔལ་གྱིས་
སྒྲུང་ནས་དཔལ་ལྷན་མ་ཞེས་མིང་བཟགས་སོ། ། དེ་སྒྲུ་ཤེས་པ་དང་ཀྱན་དགའ་པོ་
བསོད་སྟོམ་ལ་བྱོན་པས། བྱག་འཆལ་ནས། བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་གནས་བརྟན་
ག་གོ་མོ་དག་བདེ་བ་ལ་རིག་པར་གནས་སམ། གནས་སོ། ། དེ་ཐོས་ནས་གདངས་
ཅན་གྱི་ནང་མི་དག་ངོ་མཚར་བར་གྱུར་དོ། ། ཀྱན་དགའ་པོས་དེ་སྟོན་པ་ལ་གསོལ་
པས། བྱེད་གྱིས་མི་ཤེས་སམ། མ་འཆལ་ལོ། ། དེ་ནི་མགུ་བྱེད་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་
གསུངས་སོ། ། ཁྱིམ་སྒྲུ་མོ་དེ་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་བཞིན་རྒྱལ་པོ་ཤར་བའི་ཆུང་མར་
གྱུར་ནས་ཤུ་རིའི་སྒྲུ་མཚན་མོ་ཆོས་བསྟན་པས་བདེན་པ་མཐོང་ནས་སྟོན་པས་
དགག་པའི་རྗེས་སྒྲུ་གནང་བའི་བཅས་པ་མཛད་དོ། །

ད་ནི་དེང་དུས་སྒྲུ་འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྲུ་མོ་སོར་བྱུང་བ་རྣམས་ལས་འགའ་ཞིག་
བརྟོན་པར་བྱ་སྟེ། ༡༩༩༧ལོའི་ཟླ་༡༠ཚེས་༡༩ཉིན་རྒྱ་གར་དེ་ལི་གསར་བར་སྒྲུ་མོ་



ཞིག་བཅས་པ་ལ་མིང་རྩལ་ཉི་ལེ་ཞེས་བཏགས། མིང་འདི་ཡི་གེ་སོ་སོ་ལས་སྒྲ་
 གདངས་བསྐྱར་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་བྱས་འདུག་ཀྱང་ཕྱི་ཡིག་ཏུ་Shanti
 Deviའདི་ལྟར་བྲིས་སྟངས། མོ་རྒྱུང་དུའི་དུས་ནས་རང་གི་སྒྲུབ་པ་སྒྲ་མ་དེ་དེ་ལི་
 གསར་བ་ནས་ལེ་བར་བརྒྱ་ལྷག་གིས་ཆོད་པའི་ཡུལ་མ་ཐིམ་ལ་ནས་ཡིན་ཟེར་བ་
 སོགས་སྒྲུབ་སྒྲ་མའི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་ཏྲག་ཏུ་གྲགས། ལུ་མོས་མའི་ཁྱུ་པོ་ལ་རང་གི་སྒྲུབ་
 པ་སྒྲ་མའི་ཁྱོ་པོ་དེ་རས་འཆོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་དང་། སྟོད་གནས་སོགས་
 བཤད་པས། དེས་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་ལས་གནས་ལས་རལ་གསོ་བྱས་ཟིན་པའི་སྟོབ་
 གྲུའི་སྟོབ་དཔོན་ལེན་ཞེས་པར་བཤད། ལེན་འོངས་ཏེ་ལུ་མོར་བཅར་འདྲི་བྱས་
 པས་སྟོན་གྱི་ཁྱོ་ག་དེའི་སྟོད་གནས་ཞིབ་གསལ་དག་ཤེས། སྟོབ་དཔོན་ལེན་སྟོན་
 གྱི་ཁྱོ་ག་དེར་ཐིན་ཡིག་བཏང་སྟེ། རྒྱུང་མ་དེ་འདྲ་ཡོད་མེད་སོགས་ལོ་རྒྱུས་དྲིས།
 སྟོན་གྱི་ཁྱོ་པོ་དེས་ཡིག་ལན་བྱང་སྟེ། ལོ་རྒྱུས་དག་བདེན་པར་འདུག་ཟེར། དེ་དང་
 མཉམ་དུ་དེས་རང་གི་གཅེན་པོ་དེ་ལིར་སྟོད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། ལུ་མོ་དེའི་དྲུང་དུ་
 ཆོད་བསྟོད་གྱིས་རྩད་གཅོད་ཅིག་བྱེད་པར་བྱས། གཅེན་པོ་དེར་ཐིན་པ་ན། ལུ་མོས་
 ཆོ་འདིར་གཏན་ནས་མཐོང་ཚུང་མེད་ཀྱང་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ངོ་ཤེས། དེས་ལུ་མོར་སྒྲ་མའི་
 ལོ་རྒྱུས་གང་དང་གང་དྲིས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ལན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འདེབས་པས་ཡིད་
 གཏིང་ནས་ཆེས། དེ་རྗེས་སྟོན་གྱི་ཁྱོ་པོ་དང་ཐུས་སྒྲུངས་པའི་རྒྱུང་མ་དང་། ལུ་
 མོའི་ཆོ་སྒྲ་མའི་ལུ་མོ་ལོ་བརྒྱ་ཅམ་དུ་སོན་པ་བཅས་དེ་ལིར་ཆོད་དུ་བཟུང་འོངས། ལུ་
 མོས་སྟོན་གྱི་ཁྱོ་པོ་མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་ངོ་ཤེས། ཁྱོ་པོས་སྟོན་གྱི་བྱ་བ་དག་དྲིས་པས་
 ཐམས་ཅད་མ་ནོར་བར་འཆད་བྱུང་བས་དེས་ཀྱང་རང་གི་སྟོན་གྱི་རྒྱུང་མ་དེ་ཉིད་
 ཡིན་པ་ཁས་མི་ལེན་ཐབས་མེད་བྱུང་། ཐུས་སྒྲུ་གར་ཐིད་གཞུང་གིས་དམིགས་
 བསལ་བཏག་དབྱུང་ལྟན་ཆོགས་ཆོད་བསྐྱས་གྱིས་ལུ་མོ་དེ་ཡུལ་མ་ཐིམ་ལར་ཁྱིད་ནས་

བརྟགས་པས་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་ལྷན་སྦྲེལ་རྒྱས་དེས་འཛམ་གླིང་ཁྱབ་
 པར་གྱུར་ཏེ། བྱིས་སུ་ཉིན་རྒྱ་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཆན་རབ་འབྱམས་པ་གྲོས་གང་
 གོང་གིས་ཁོང་ཉིད་ལུ་མོ་འདི་དང་དངོས་སུ་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་བྱིས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ།
 བ་ཉིན་དབྱིད་དུས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་གི་ཞོགས་པར་རྗེ་བཙུན་པོ་ཨེན་Swami BH.
 Bon Maharaj དང་མཉམ་དུ་རྩེ་བརྒྱུད་ནས་སྤོང་སྒྲུབ་ས། རྒྱ་གར་གྱི་བྱད་མེད་
 ཅིག་འོངས་ཏེ། ཡན་ཚུན་གཏམ་གླེང་བྱས་པས་ལོ་ཉི་ཤུའི་གོང་དུ་རྗེ་ལེར་བྱུང་བའི་
 ཆོ་སྒྲ་ཕྱིའི་གཏམ་རྒྱུད་དེའི་ནང་གི་ལུ་མོ་རྣམས་ཉི་མེ་ཉིད་རེད་འདུག་མོད་ལོ་ལོ་
 སོ་ལུར་སོན་འདུག་ ཉིན་རྒྱ་བྱུང་ཚུ་ལོས་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་ཞིབ་འཇུག་སྟེ་ཁག་ལས་
 སྟོབ་མཐར་ཕྱིན། ད་ལྟ་རྗེ་ལོ་སྟོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་བྱད་མེད་མཆོན་ཉིད་རིག་པའི་སྟེ་
 ཁག་གི་འཆད་ཁྲིད་པ་བགྱིད་ཅིང་འདུག་ ད་ལམ་སེའུ་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཡོད་པའི་སྤྱིད་
 པ་སྟེ་འཆིའི་སྟོབ་ཆོགས་ཤིག་གིས་གདན་ཁྱེད་བྱས་ཏེ་འཆད་ཁྲིད་བྱེད་དུ་འགྲོ་དགོས་
 པས་རྗེ་བཙུན་པོ་ཨེན་ལ་གྲེས་མཇལ་ཞུ་བའི་ཆེད་དུ་འོང་བ་ཡིན་འདུག་ ངས་མོ་ལ་
 ད་ལྟ་སྟོན་གྱི་གནས་དེ་དན་ནམ་ཞེས་དྲིས་པས། མོ་ན་རེ། དན་ནི་དན། འོན་ཀྱང་
 བྱིས་པའི་དུས་ལྟ་སྟེ་ཞིག་མི་གསལ། རས་གཞིའི་ངོས་ཀྱི་སྒྲོག་བརྒྱན་བཞིན་ཡུད་
 ཅམ་རེས་ཡལ་འགོ་བར་འདུག་ དེ་ལྟ་མིན་ན་ད་ལྟའི་སྤྱང་བ་དང་མི་མཐུན་པས་
 ཆོགས་ཆེན་པོ་འོང་གིན་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །ཞེས་སོ། །
 ཡང་རྒྱ་གར་ཡན་ལ་གྲོང་ཁྱེར་ན་ ༡༩༧༤ ལོར་སྤྱིས་པའི་ལུ་མོ་སུ་ལན་ན་ཐ་ཞེས་པ་
 ཞིག་ཡོད། མོ་རང་ལོ་གསུམ་གྱི་དུས་སུ་ལུ་པོ་དང་རུ་མོ་རྣམས་ལ་རྟག་པར་མོའི་སྟེ་
 པ་སྒྲ་མ་དེ་ཡལ་ཁ་ཐི་རུ་ནས་ཡིན་ཚུ་ལ་དག་གླིང། དེ་ཡང་དུས་དེ་ཡི་ཆོན་ངའི་མིང་
 ལ་ལུས་ལ་ཞེས་བྱ་ལ། ཉི་ལུས་ཞེས་པའི་སྤྱིས་པ་ཞིག་དང་གཉེན་བྱས་སོགས་ཟེར།



ལུ་མོ་ལོ་གསུམ་དང་ཕྱིད་ཀྱི་རུས་སུ་དེའི་པ་མུས་ཤེས་ལ་ཞེས་པས་ཁྱིད་དེ་ལྟོངས་རྒྱ་
 བར་ཕྱིན། ལམ་བར་དུ་ཁ་ཐི་རུ་བརྒྱད་ནས་འགོ་སྐབས་ལུ་མོས་སྒོ་བྱར་དུ་ཁ་ལོ་པ་
 ལ་མོའི་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ཁྱིམ་དུ་འགོ་བདེ་བའི་ལམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་རྒྱངས་འཁོར་ཁ་
 ལོ་སྒྱར་ཅིག་ཟེར་ཡང་དེས་མ་མཉན། དེ་ནས་ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་ངལ་གསོས་ཏེ་ར་
 བརྟར་སྐབས་སུ་ལུ་མོ་ན་རེ། ཉེ་འདབས་སུ་ཡོད་པའི་ངའི་ཁྱིམ་དུ་སོང་ན་ར་འདི་
 ལས་ཞིམ་པ་བརྟར་རྒྱ་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་ལུ་མོས་དྲག་པར་གྱུ་
 ལེན་ཞིང་བྱོ་འབྲལས་ཏེ་སྒྲུ་བྱོ་འདི་རྣམས་ངས་སྒྲེ་བ་ལྷ་མར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ཞེས་
 ཟེར། ལུ་མོ་ལོ་བརྒྱུ་མོན་སྐབས་སུ་ཁྱིམ་གཞིས་སྒོས་ཏེ་ཡུལ་ཅུས་ཏ་ཏ་པོས་སུ་
 སོང་། དེར་ཡུལ་ཁ་ཐི་རུ་ནས་བྱུང་བའི་བྱད་མེད་སི་ལིས་ལེ་ཐུས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་
 པ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྒོན་ནས་འགོགས་པ་བཞིན་དུ་ངོ་ཤེས་ཏེ་སྒྲེ་བ་ལྷ་མ་ནས་
 ཤེས་པ་ཡིན་ཟེར། བྱད་མེད་དེས་ཕྱིས་སུ་ལུ་མོའི་པ་མུས་ཤེས་ལ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུ་
 མོས་ཡུལ་ཁ་ཐི་རུ་དང་མོ་རང་གི་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ལོ་རྒྱས་བཤད་པ་རྣམས་བདེན་པ་
 འབའ་ཞིག་ཏུ་འདུག་ཅེས་སྒྲུས། དེ་སྒོན་པས་ལུ་མོའི་གཏམ་རྣམས་ལ་སོམ་ཏེ་ཙམ་
 ལས་རྩད་གཅོད་མ་བྱས། རུས་དེ་ནས་བཟུང་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་ལུ་མོའི་གཏམ་
 རྣམས་ཡི་གེར་བཞག་དོ། །

༡༩༥༥ལོའི་དབྱིད་ཀར་རྒྱ་གར་ལཱ་ག་སི་ཏ་སྒོ་བ་གྲུ་ཆེན་མོའི་ཆད་འདས་སེམས་
 ཁམས་རིག་པའི་མཁས་པ་བན་ལེ་ཅུས་H. Bannerjeeཞེས་པས་བརྟག་.....
 དབྱད་བྱས་ཏེ། ཁོ་རང་ཐོག་མར་ལུ་མོའི་བྱད་དུ་སོང་སྟེ་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ལོ་རྒྱས་རྣམས་
 ཞིབ་པར་དྲིས། དེ་ནས་ཡུལ་ཁ་ཐི་རུར་སོང་སྟེ་ལུ་མོས་མོའི་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ཁྱིམ་ཡིན་
 ཟེར་བའི་པ་ཏ་ཁའི་ཁྱིམ་དུ་སོང་ནས་རྩད་གཅོད་བྱས་པས་ཁྱིམ་ཆང་དེར་དངོས་
 གནས་ལུ་མོ་ཐུས་ལ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཡུལ་མེས་ཏ་རུ་ཡོད་པའི་སྒྲུས་པ་

ཉི་ལུས་ལ་བག་མར་བྱིན་ཅིང་། ༡༧ ལོར་ཆོ་འཕོས་པ་བཅས་གསལ་བོར་ཤིས།
 ལུ་མོས་སྒྲུས་པའི་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་དང་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་མི་དག་གིས་
 བཤད་པ་རྣམས་མ་བཞིགས་རང་འགྲིགས་སུ་བྱུར། ཁྱད་པར་དུ་ལུ་མོས་སྒྲེ་བ་ལྷ་
 མའི་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ལྷ་ཞིང་ཞིབ་པ་དགུ་ཅམ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཇི་ལྟ་བ་
 བཞིན་དུ་འགྲིགས། དེས་ཆོད་བག་མ་པའི་བྱིར་རྒྱན་གྱིས་མགོ་བསྐྱོར་གྱང་ལུ་མོས་
 མ་ནོར་མ་འབྲེས་པར་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ཉེ་འབྲེལ་ཉི་ལུ་ལྷག་གི་མིང་ནས་སྒྲུ་ཞིང་གཞན་
 ཡང་སྒྲེ་བ་ལྷ་མའི་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་སྒྲུས་པ་ཐམས་ཅད་བདེན་པ་ཉག་གཅིག་དུ་བྱུང་
 འོ། །

ཚུལ་དེ་ཐོས་པས་ལ་ཉ་ཁའི་ཁྱིམ་མི་དང་ལུ་མོ་ལུས་ཡའི་ཁྱོ་གའི་ཁྱིམ་མི་དག་ལོ་དེའི་
 དབྱར་དུས་སུ་ཆོད་དུ་ཚུས་ཉ་ཉ་ཐོས་སུ་ལུ་མོར་བལྟ་བར་འོང་། ལུ་མོས་དེ་དག་
 མཐོང་བ་དང་སྒྲུས་གྱང་རོ་སྒྲོད་མ་བྱས་པར་མེ་རེ་བཞིན་མི་དེ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ནས་
 བརྗོད་པར་མ་ཟད་མི་དེ་དག་ལན་ཚུན་ཇི་ལྟར་ཉེ་འབྲེལ་ཡིན་ཚུལ་དང་རང་ཉིད་
 ལུས་ཡ་ཡིན་པའི་ཆོ་ན་མི་དེ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་པ་རྣམས་དང་
 ཐན་ལུས་ཡའི་མདུན་སོ་ལ་གསེར་སོ་ཞིག་སྤྱད་པ་བཅས་ཞིབ་པར་སྒྲུས། ཉེ་འབྲེལ་
 རྣམས་ན་མེ། ལུ་མོས་སྒྲུས་པ་ཐམས་ཅད་ལུས་ཡ་དང་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་ཁོ་ན་ལས་མི་
 གཞན་གྱིས་མི་ཤིས་པའི་བྱ་བ་དག་སྒྲེ་བདེན་གཏམ་ཁུངས་ཐུབ་ཁོ་ནར་འདུག་ཅེས་
 ཟེར་ཞིང་ལུ་མོ་དེ་ལུས་ཡའི་ཡང་སྤྱིད་ཡིན་པར་གཏིང་ནས་ཡིད་ཆེས། དེ་རྗེས་ལུ་མོ་
 དང་དེའི་ཁྱིམ་མི་རྣམས་ལུལ་ཁ་ཐི་བྱ་དང་མེས་ཉ་གཉིས་སུ་ལུ་མོའི་སྒྲུ་མའི་པ་ལུལ་
 དུ་བལྟར་བྱིན། ལུ་མོས་ལུལ་མེས་ཉ་ནས་གྱང་ལུལ་ཕྱོགས་དང་སྒྲེ་བོ་མང་བོ་ངོས་
 ཟེན་ཅིང་མོ་རང་གི་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་རྣམ་པ་གསར་བ་དག་ལ་བལྟས་ཏེ་སྤྱིད་པ་ལ་



སྒྲོ་བའི་དབུགས་རིང་ནར་ནར་དུ་འབྱིན། དེ་ནས་བརྒྱུད་སུ་མཐ་ན་ཐ་རྒྱུན་དུ་ཡུལ་
དེར་ཕུས་ཡའི་གཅིན་གཙུང་རྣམས་དང་ཐུག་གྲ་རྣམས་ལ་འཕྲད་དུ་འགྲོ་ཞིང་དེ་
རྣམས་ལ་བུམས་སེམས་ཟེལ་མེད་བྱེད་དོ། །དོན་འདི་ལ་ཨ་རིའི་རབ་འབྱམས་པ་ཉི་
ཐུས་ཟེན་ཉིན་༡༩༧༡ལོར་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱིན་ཏེ་བརྟག་དབྱུང་བུས་ལ་དེའི་ཐོན་ནས་ཀྱང་
གོང་སྐྱེས་ལྟར་པན་ལེ་ཅུས་ཀྱིས་ཞིབ་དུ་བརྟགས་ཏེ་གཏན་ལ་ཡབ་ཟིན་ཏོ། །

ཡང་༡༩༧༥ལོའི་ཟླ་དང་པོར་ཐུར་ཁེ་Turkeyརྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཡུལ་ཡུས་ཏེ་ན་ཞེས་
པར་སྐྱེས་པ་ཨ་ཤེས་ཞེས་བཟྱི་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བཟའ་ཤིང་རུ་བའི་ལས་
གཡོག་པ་འགའ་ཞིག་གིས་མགོ་བོ་བཙོམ་སྟེ་རྟ་རུའི་ནང་དུ་བསད། དེས་སྐད་རན་
བརྒྱུབ་པ་ཐོས་ནས་རྒྱུད་མ་དང་བྲ་དག་དེར་ཕྱིན་པས་དེ་རྣམས་ཀྱང་སྟོག་དང་ཐུལ།
གསོད་མཁན་དག་གཟའ་འཁོར་གཅིག་གི་རྗེས་ནས་ཟིན་ཏེ་བཙོན་དུ་བཅུག་དེ་
རྗེས་ཨ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་མ་ལྟ་མ་ལྟ་ཏིས་སུ་ཞེས་པའི་མོ་གཤམ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་།
ཨ་ཤེས་དང་རྒྱུད་མ་ཕྱི་མའི་བྱ་མོ་ག་ལོས་ས་ལེན་ཞེས་པ་དང་བྲ་སན་ལྟེ་ཞེས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་ཁྱིམ་གཞིས་བརྒྱུད་མ་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་ནས་མི་རིང་བར་ཡུལ་དེ་གའི་
སྐྱེས་པ་མིས་རྩེ་མོ་བྱ་ཁྲོ་བྱག་གཉིས་ལ་བྱ་ཞིག་བཙས་ཏེ་མིང་དབྱི་ཉི་མེ་ཞེས་
བརྟགས། དེ་ལོ་གཅིག་དང་ཕྱེད་ཀྱི་དུས་སུ་ཉིན་ཞིག་ལ་དང་མཉམ་དུ་མལ་ཁྱི་
གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཉལ་ནས་སྟོད་ཆེ་དེ་ན་རེ། ར་ཁྱིམ་འདི་ནས་དེ་ཙམ་ལས་སྟོད་པར་
མི་འདོད་དེ། རང་ཁྱིམ་དུ་སོང་ནས་ཐུག་གྲ་རྣམས་དང་མཉམ་དུ་སྟོད་དགོས་ཟེར།
ཕ་ཡ་མཚན་ཞིང་། དབྱི་ཉི་མེ་ཁྲོད་ཀྱི་ཁྱིམ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། །ཡང་བྱིས་པ་ན་རེ། ར་
ནི་གཞན་དག་གིས་སྟོག་དང་ཐུལ་བའི་ཨ་ཤེས་ཡིན་ཏེ། ལོ་ལྔ་བརྒྱུད་སོན་ཆོ་མགོ་
བོ་བཙོམ་ནས་ཆོ་དུས་བྱས་པ་རེད་ཟེར། མིས་རྩེ་མོ་བྱས་དེ་མ་ཐག་གཏམ་དེ་རྒྱུད་མ་
ལ་སྐྱས་པས། རྒྱུད་མས་དེ་ལྟ་ན་དབྱི་ཉི་མེ་བཙའ་ཆོ་མགོ་ན་མ་ལྟལ་ནག་པོ་ཞིག་.....

འདྲུག་པ་མཉམ་སྦྲེན་ཡོག་པ་ཡིན་ཀྱང་འདྲུག་ཟེར། འོན་ཀྱང་། ཁོང་གཉིས་ཆོ་མུ་བྱི་
ཁས་མི་ལེན་པའི་ཆོས་ལུགས་པ་ཡིན་པས་འབྲུལ་དུ་ཡིད་མ་ཆེས་ལ་གཞན་གྱིས་
གེས་པར་ཡང་མི་འདོད་དོ། །དབྱི་ཉི་མེས་ང་ངེས་པར་དུ་ཐུག་གུ་དག་གི་དུང་དུ་འགོ་
དགོས་ཞེས་པ་མ་གཉིས་ལ་ཁུ་བ་ཡང་ཡང་བྱས། དེའི་པས་འདི་སྦྱོན་པ་རེད་འདྲུག་
ཅེས་སྦྱོས་ཏེ་མ་བཏང་། དེའི་པ་སོགས་གྱིས་དེ་ལ་དབྱི་ཉི་མེ་ཞེས་པའི་མིང་ནས་
བོས་ཆོ་ཁ་ལན་གཏན་ནས་མི་བྱེད། ཨ་བེས་ཞེས་པའི་མིང་ནས་བོས་ཆོ་གདོད་ཁ་
ལན་བྱེད་དོ། །དབྱི་ཉི་མེ་ཉལ་བའི་ཆོ་སྐབས་སྐབས་སུ་གཉིད་བཤད་ལྟ་བུས་སྦྱོན་
གྱི་སྤྱོད་མིང་ནས་བོས་ཏེ། ག་ལོས་ས་ལེན། ཁྱོད་མ་དུ་ཨང་། ཟེར་ཏེ་པས་སྤྱོད་
ལ་སེམས་གསོ་བྱེད་པ་ལྟར་བྱེད། ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་ཀྱི་ཉིན་ཞིག་དེའི་པས་གི་ག་
འགའ་ཞིག་ཉིས་ཏེ་ཁྱོད་འོངས་བས། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཆོ་གོས་དེ་བླངས་ནས།
འདི་ནི་ངས་ག་ལོས་ས་ལེན་ལ་འཁྱེར་དགོས། སྤྱི་ཀྱང་བཟའ་མི་དུང་ཟེར། དེའི་
པས་འཁྱེར་དུ་མ་བཅུག་པས་སེམས་རབ་དུ་སྦྱོ་སྦྱེ་དུའོ། །ཨ་བེས་ཆང་ཐེད་གིན་ཏུ་
ཆོ་བའི་བག་ཆགས་གྱིས་དབྱི་ཉི་མེས་ཀྱང་རྒྱན་དུ་པ་མས་མ་ཆོར་བར་ཆང་ཆོད་
བརྒྱས་ཏེ་འཐུང་། སྐབས་གིག་དེའི་སྤྱོད་མ་དུ་མོ་ཐུས་མཐོང་ནས་སྦྱོས་པས་དབྱི་ཉི་
མེ་ན་རེ། དོན་མེད་མ་ཟེར་ཞིག་ ཁྱོད་ངས་ཆང་བཏུང་བ་ལ་སྦྱོ་འམ། མ་དུ་མོ་ཐུ།
ཁྱོད་ངེད་ཀྱི་བཟའ་གིང་ར་བའི་ལས་གཡོག་པ་བྱེད་ཆོ་ངའི་ཆང་བརྒྱས་ཏེ་བཏུང་
ཡང་ངས་མ་ཆོར་བ་ལྟར་དུ་བྱས། ད་ལྟ་དྲིན་ལན་ལོག་འཇལ་གྱིས་ང་ལ་སྦྱོས་གིང་
རྟེན་པར་བྱེད་པ་འདི་དུང་འགོ་ལས་ཀྱང་དམན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེའི་པ་
ག་འཆོང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ཉིན་ཞིག་གི་གཏུབ་ཆོ་དབྱི་ཉི་མེས་ག་འདི་བཞེགས་ཏེ་
ངའི་ཐུག་གུ་ཆོར་འཁྱེར་དགོས་ཟེར། དེའི་པས། དྱིས་པ་འདིས་ཡང་སྦྱོ་གཏམ་



བཤད་ཀྱིན་འདུག ཁྱོད་གཤམ་པ་མི་ས་སྡེ་མོ་ཐུའི་བྱ་དབྱི་མི་མེན་གྱི་ཨ་པེས་
 ལྷ་ག་ལ་ཡིན། ཁྱོད་ད་དུང་སྒྲིག་ཀྱང་འདི་གོད་དང་ངས་ཀྱི་ཡངས་མི་གཏོང་ངེས་པ་
 ཡིན། ཞེས་ཟེར་བས་དེ་དུས་ཚོད་འགའ་ཞིག་གི་ཡུན་ལ་དེ་ཞིང་འདུག་གོ། ཉིན་
 ཞིག་འབྲུག་ས་ཞོ་འཚོང་མ་ཁན་ཞིག་མཐོང་སྟེ། ཆོ་འདིར་ནི་ད་སྒྲིག་གཏན་ནས་.....
 འབྲུང་མ་ཐོང་། དེས་དེ་ལ་ཀ་ཡེ་ཞོ་འཚོང་པ། ང་ངོ་ཤེས་སམ། མི་ཤེས་སོ། །འོ་ན།
 ཁྱོད་ཀྱིས་ང་བརྟེན་དམ། ང་ནི་ཨ་པེས་ཡིན། ཁྱོད་སྒྲིག་སྒྲི་ཚོད་དང་གིང་འབྲས་.....
 འཚོང་པ་ཡིན་ན། བམ་བྱ་བ་བརྟེན་པ་ཡིན། ཁྱོད་རྒྱུང་དུའི་དུས་སུ་ངས་བྱ་བ་འདི་
 དང་འདིའི་གྲོགས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ལྟར་སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་
 བདེན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་ངོ། །དེ་ནས་བཟུང་དབྱི་མི་མེས་སྒྲིག་གནས་དྲན་པའི་
 གཏམ་དེ་གང་སར་ཁུབ་པས། ཡ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་གསང་བྱ་བྱ་བའི་རེ་ཐག་...
 ཆད་དོ། །

དབྱི་མི་མོ་ལོག་སུམ་དུ་སོན་ཆོ་པ་མ་གཉིས་སོགས་དང་མཉམ་དུ་ཨ་པེས་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་
 བལྟར་བྱིན་ ཁྱིམ་དེ་ནི་ད་ལྟའི་ཁྱིམ་ལས་སྤྱི་ལེ་གཅིག་ལྷག་གི་པ་རོལ་གྱོང་གི་
 གསེབ་བགྱོད་དཀའ་བ་ཞིག་ན་ཡོད། དབྱི་མི་མོ་ཆོ་འདིར་དེར་གཏན་ནས་འགོ་སྟོང་
 མེད་ཀྱང་། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་མངའ་བས་ལམ་ཁྱིད་དེ་སྒྲིག་དུ་འགྲོ། གཞན་དག་གིས་
 ཆེད་དུ་ལམ་ལོག་པར་ཁྱིད་ཀྱང་མཉམ་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཤར་རེར་ཨ་པེས་ཀྱི་
 ཁྱིམ་དུ་བྱིན། དེར་བྱང་མེད་ཅིག་འདུག་པ་མཐོང་མ་ཐག་ཏུ། ཤུ་ཉིས་སུ་ཞེས་འཕོད་
 ཅིང་དེ་ལ་འཐམས་ནས་སྒྲི་སྟེ་དེ་ཞིང་། ཐུག་ཀྱི་དག་ལ་བུམས་བརྟེ་ཆོད་མེད་དང་...
 སེམས་གསོ་བྱེད། དེ་ནས་མི་རྣམས་ཁྱིད་ནས་རྩ་རའི་ནང་དུ་བྱིན་ནས། གནས་འདི་
 བྱི་གཤེད་མ་ལུ་ལོ་སང་གིས་ང་གསོད་པའི་ས་དེ་རེད། ཅེས་ཟེར། ཡང་ཐམས་ཅད་
 ཁྱིད་ནས་ཨ་པེས་ཀྱི་དུར་སར་བལྟར་བྱིན། ཨ་པེས་ཀྱི་དུར་ས་དེ་ལ་ཐུན་མིན་གྱི་

མཚོན་དུགས་ཅི་ཡང་མི་འདུག་ཀྱང་ཁོས་མ་ནོར་མ་འཆུག་པར་དེར་ཕྱིན་ཏེ། འདི་ནི་
དཔེ་སྟེ་པ་སྟེ་མ་དཔེ་མཐར་སྟག་གི་ཐོད་གནས་རེད། ཅེས་ཟེར། ཨ་ཤེས་དང་མི་
གཞན་གྱི་བར་དདུལ་གཡར་བསྐྱིས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་ཚོགས་ཨ་ཤེས་ཉིད་ལས་
མི་པལ་བས་མི་ཤེས་པའི་བྱ་བ་དག་ཀྱང་གསལ་པོར་དུན་ཏེ་འཆད་ཅིང་། ཁོང་གི་
ཐོན་གྱི་བཟའ་གིང་ར་བའི་ལས་གཡོག་པ་རྣམས་ཀྱི་རུས་མིང་དང་པ་ལུལ་དང་
བཅས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ནོར་བར་སྐྱབས་མི་རྣམས་ཡིད་ཆེས་ཏེ་དབྱི་མི་མེ་ཅི་ཅིས་
ཀྱང་ཨ་ཤེས་ཀྱི་ཡང་སྤྱད་ཡིན་པེས་རེད་ཅེས་སྟེར་ངོ་། །དེ་རྗེས་ཨ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱུ་སྟ་
ལྡེ་དབྱི་མི་མེ་ལ་འབྲད་དུ་ཕྱིན་པ་ན་དེ་ན་པེ། སྟན་ལྡེ། ཁྱོད་ལ་རུ་བོ་གཉིས་ཡོད་དེ་
ལུ་སྟུ་མ་སྟ་དང་གྲོ་དབྱིན་རྩོལ་སྟེ། དེ་གཉིས་དང་ང་རང་ཁྱོད་ཀྱི་མ་རྣམས་
མཉམ་དུ་བསད་པ་རེད་ཅེས་ཟེར་ངོ་། །

དེ་ནས་ལོ་རྒྱུས་དེས་འཛམ་གླིང་ཤིང་ཤིང་པོ་རྒྱ་དང་ཤུགས་ཀྱིས་ཁྲུབ་བོ། ༡༩༥༩ལོ་དཔྱི་
 ཤི་མེ་ལོ་དུག་ཏུ་སོན་སྐབས་རྒྱ་གར་གྱི་ལ་ཁ་ཤི་ཏན་སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་དེ་དག་གན་ཆོད་
 འདས་སེམས་ཁམས་རིག་པ་དེ་རབ་འབྱམས་པ་ལྟ་ནིར་རྩས་ཆོད་དུ་ལུལ་ཡ་ཏ་ནར་
 རྒྱན་ནས་དཔྱི་ཤི་མེར་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ཏེ་བདེན་པར་གང་ན་ལ་མ་བ་བོ། །ལྟ་ནིར་
 རྩས་ཀྱིས་དཔྱི་ཤི་མེར་བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་ན་འང་ཨ་ཡེས་ཞེས་འབོད་པ་ལས་དཔྱི་
 ཤི་མེ་ཞེས་བོས་ན་ཁ་ལ་འཁྲི་མི་བྱེད་དོ། །དཔྱི་ཤི་མེ་དཔལ་བོ་དེ་ཁྱིམ་དུ་སྐྱེས་པས་རྒྱུན་
 ཏུ་བཟུང་བཅའ་བཟང་བོ་ཆེར་མི་རྟེན་གྱང་། ས་མ་དག་གིས་ཁུ་རམ་སོགས་ཁོས་ལེ་
 བཟུང་མ་སྦྱོང་བ་དེ་ཟས་ཞིམ་པོ་རེ་བྱིན་ཆེ་རར་གིས་བཟུང་མི་བྱ་བར་གྲ་ཉིས་སུ་དང་
 སྒྲག་གུ་དག་ལ་ཁྱེར་ཏེ་འགོ། བམ་གྲ་ཉིས་སུ་མཐོང་བ་ན། ལུང་མེད་ལས་དཔལ་
 ཞེས་ཟེར་ནས་མིག་རྒྱ་གར་གར་དུ་འོང་དོ། །དཔྱི་ཤི་མེ་ལམ་དུ་ལྷགས་པ་ན་རྒྱུན་དུ་



སྒྲིམ་གྱི་ལྷན་ཁྲིམ་ཏེ་འགོ། ལྷན་དེ་གའི་མི་རྒྱུ་མས་ལ་དེ་འདྲི་སྒྲིམ་མི་འདུག་
ཀྱང་། ལ་ལེས་ཀྱི་སྒྲིམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་གོ་མ་གཤིས་ཤིག་ཡིན་འདུག་ཟེ། དེའི་བག་
ཆགས་ཡིན་པར་མཛོན་ནོ། །

ཡང་རྒྱ་ནག་ཉན་གྱིས་ཞིང་ཆེན་སྤོང་གི་སྒྲིམ་པ་ཀྱང་ཉན་ཡེས་ཞེས་པས་
སྤོང་གནས་རྗེས་སྤྲན་ཏེ། ལྷན་འདི་སྤོང་གི་སྤོང་དང་ལྷན་ཉིག་རྒྱུ་ཞིང་སོགས་ཀྱི་
ཕོ་མོ་ཆུན་གཞོན་ཀྱང་ལ་རྒྱུང་ལྷར་དུ་གྲགས་པའི་གཏམ་ཡིན་ལ། ཀྱང་ཉན་ཡེས་
དང་ལྷན་ཅིག་གནས་པའི་སྤོང་ཉིག་རྒྱུ་ཞིང་གི་རྒྱུ་ཞིང་དཔོན་མེ་མེན་ཅས་ཀྱིས་ཀྱང་
གསལ་བར་བསྟན་པས་བདེན་པ་བྱུངས་སྤོང་དང་དུ་འདུག་ ཞོད་སྒྲིམ་པ་སྤོང་མའི་མིང་
ལ་ཐེན་སན་ཉན་ཞེས་བྱ་ཟེ་སྤོང་གི་སྤོང་ལེ་དབར་བཅུ་གསུམ་
མཚམས་ཀྱི་གྲོང་བཅའ་ཞིག་ཏུ་གནས། ལྷན་དེ་གའི་མི་རྒྱུ་མས་ས་སྤྱུག་སྤོང་དེར་
སྤོང་། སྤོང་གི་ཆར་བ་ལྷན་རིང་བབས་པས་ལྷན་འཛིགས་པ་བྱུང་ཞིང་། ཐེན་
སན་ཉན་སྤོང་དུ་འདམ་མང་པོ་བསགས་འདུག་པ་ཕྱིར་དཔོན་མེན་ཏུ་ཕྱིན་ཆེ་
ཆར་གྱིས་རྒྱན་པའི་སྤྱུག་པ་དེ་བ་ཟེ་དེ་བ་འོག་ཏུ་གི་ དེ་ལྷན་འང་ཁོས་རང་ཉིད་གི་བ་
མ་གྱིས་ཏེ། དེ་བ་འོག་ཏུ་སོང་སྤོང་རང་གིས་བྱགས་སྤོང་པས་ས་འོག་ནས་སྤོང་ཐོན་
སྤོང་བྱེད། རང་ལ་མས་སྤོང་མ་བྱུང་བས་དགའ་ཟེ་བྱིམ་དུ་ལོག་པས་རང་གི་རྒྱུང་མ་
མཐོང་ཟེ་དེ་ལ་དེ་རིང་ཆག་སྤོང་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་རྒྱུང་ཅམ་མ་གཏོགས་དེད་ས་འོག་
ནས་གི་སོང་ཞེས་སྤོང་། འོན་ཀྱང་རྒྱུང་མས་མ་ཆོར་བ་ལྷར་གཏམ་ལན་ཅི་ཡང་མི་
བྱེད་པས་ཁྱོས་པར་བྱུང་། དེ་ནས་རང་གི་སྤོང་ཐོང་ཟེ་དེ་ལ་སྤོང་པ། ཁྱོད་གྱིས་ཐོས་
སམ། ད་ཅི་ས་ཞིག་ཟེ་དེ་ཉིད་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་། རས་ས་དེ་དག་བསལ་ནས་ཕྱིར་
ཐོན་པས་སྤོང་ལན་ཅིག་ཐར་ཅམ་བྱུང་སོང་། སྤོང་ཀྱང་མཉན་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་
པར་མ་ཐོས་པ་ལྷར་དུ་འདུག་པས་གིན་ཏུ་ཁྱོས་ཏེ་ར་དེ་རིང་སྤོང་གི་འཛིགས་པ་དང་

འབྲུག་གྲང་མ་གྱི་བར་སྐར་འོང་བ་ལ་ཡང་རྒྱུ་མ་དང་ལུག་ཉིས་ཀྱིས་སྤང་མེད་ཏུ་
འཛོག་པས་ང་ལ་མཛེད་གཙུགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཅུང་ཟད་གྱུང་འཆང་མི་འདུག་སྟུང་
ཉེ་འབྲུལ་དུ་བྱིམ་དེ་ནས་ཐོན་ཏེ་ལུན་ཤན་རྫོང་དུ་སོང་ངོ། །རྒྱལ་འདི་ནི་རང་འདི་
གཞུང་དག་ལས་བར་དོའི་སེམས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་བཤད་པ་དེ་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་
བྱུང་འདུག་གོ། །རྫོང་གྲོང་གི་ཤར་ཕྱོགས་སུ་ལུན་ལུས་ཚོ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་ཚལ་ཡིད་དུ་
འོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་འགྲོའི་སྟུང་དུ་བྱིན་ཏེ་དུང་དུ་འབྱོར་བ་དང་སྒོ་བཅད་འདུག་
པས་ནང་དུ་མི་ཐར་པའི་སྤང་བ་ཞིག་བྱུང་ཉེ་སྒོ་སྤྱོད་སུ་ཞིགས་ནས་ཕྱགས་བྱུང་
ཉེ་ནང་དུ་འདྲེད་ཅིང་བསྟན་པས། ལུན་ཅི་ཙམ་འགྲོར་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྲང་མ་གྱིས་
སྟོ། །

ཅི་ཞིག་ནས་སྒོ་ཐུས་ཏེ་སྒོ་ནང་ནས་ཐར་བ་དང་མའི་མངལ་ནས་བཅས་ཏེ་ས་ལ་
 ལྷུང་ནས་ཏུ་བཞིན་འདུག་འདི་ཡང་དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་ལས་གསུངས་
 བ་ནི་ལྟ་བུ་བཞིན་ནོ། །མལ་ཁྱིའི་འགམ་ན་ཐུད་མེད་འགའ་ཞིག་གིས་བྲེལ་ཚུབ་
 དང་དངོས་པོ་རྣམས་ཡར་རྒྱར་མར་རྒྱར་བྱེད་ཅིང་གྲི་གང་དུ་བཞག་གྲི་གང་དུ་
 བཞག་ད་གྲི་མ་ཆེད་ན་ཅི་བྱ་ཞེས་ཟེར། ཐེན་སན་ཉོས་ཀྱིས་གྲི་གུང་ངོས་སུ་བགལ་
 ཡོད་པ་མཐོང་སྟེ། ཡ་གྲི་གུང་ངོས་སུ་བགལ་བ་དེ་གྲི་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་
 འཇུབ་མོས་བསྟན། དེ་འབྲལ་ཡང་ཨ་ཅི་དའི་ལག་བ་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་འདྲའི་རྒྱུར་རུར་
 ལྷུང་ཅེས་ཟེར་བས་དེར་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་སྒྲག་ཅིང་ཉ་ལས་ཏེ། བྱིས་པ་འདི་
 འདྲེ་ལྷག་པེད། མི་གཙང་པའི་དོང་དུ་འཕོངས་ཤིག་ཟེར། ཐེན་སན་ཉོས་ཤིན་ཏུ་
 སྒྲག་གུང་འབྲེ་མི་རྣམས་པས་ཐབས་ཟད། དེ་ཚེ་ཉལ་ཁྱིའི་སྤྱིང་དུ་ཡོག་ནས་ཡོད་པའི་
 ཐེན་སན་ཉོས་ཀྱི་མས་ཐུད་དོང་དུ་འཕེན་བ་ཅིས་གུང་མི་འདོད་པས་གཞན་རྣམས་བྱ་



ཐབས་བྱལ། སྤང་མེད་དེ་དག་ལས་གཅིག་གིས་གྱི་སྤངས་ཏེ་སའི་ལྟེ་ཐག་བཅད་
 ཅིང་འདྲེ་བསྐྱད་པའི་ཆེད་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྲིམ་པ་གང་སའི་གདོང་ལ་བྱུག་དེ་ནས་བཟུང་
 ཐེན་སན་ཉོས་གྱིས་ཁ་གྲག་ན་གསོད་པར་གཤེས་ཏེ་སྐྱུག་པར་བརྟུམ། ཟླ་འགའ་སོང་
 པའི་ཉིན་ཞིག་ཁྱིམ་མི་རྣམས་གྱིས་ཐེན་སན་ཉོས་གོས་གྱིས་གཡོགས་ཏེ་མལ་ཁྱིའི་
 སྤོང་བཞག་སྟེ་ཁོང་རྣམས་ཞིང་ནང་དུ་སོ་ནམ་ལ་ཕྱིན། ཐེན་སན་ཉོས་གྱི་མདུན་
 ཕྱོགས་སྟོ་འགམ་ན་འབྲུ་རིགས་ཉི་མར་བསྐྱམས་ཕྱིར་ཐང་མར་བདལ་ཏེ་ཡོད་པ་བྱ་
 བྱུ་ཞིག་འོངས་ནས་བཟུང་བར་རྩོམ་པ་ན་ཁོས་ལག་པ་གཡུགས་ཏེ་མི་ཆེན་པོ་རྣམས་
 གྱིས་བྱ་ལ་སྐྱད་གཏོང་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བྱ་སྟོད་པ་ཁྱིམ་མིས་མཐོང་སྟེ་བྱིས་པ་འདི་
 ཁྱིམ་ཆང་ལ་བཀྲ་མི་གིས་པའི་ལྟས་ངན་དངོས་ཞིག་ཡིན་པེས་སྟུམ་སྟེ་བཟུང་ནས་མི་
 གཅང་པའི་དོང་དུ་འཕེན་པར་ཆས་པ་ན་ཁོའི་མས་མཐོང་སྟེ་འཕེན་དུ་མ་བཅུག་དེ་
 བས་བཟུང་ལོ་དུག་བདུན་ཅུ་མ་ལ་མ་ཐོན་པར་ཁ་གྲག་མ་སོད་པས་ཀྱུན་གྱིས་
 སྐྱུགས་པ་ཞེས་འཕོད། མིང་དངོས་ལ་ཀྱང་ཉན་ཡོས་ཞེས་བཏགས། ཉིན་ཞིག་དེའི་
 མེས་པོས་དེ་ས་སྟོང་ཞིག་ཏུ་བྱིད་ནས་ལོ་རྒྱུས་ནན་གྱིས་བྲིས་པས་བྲིས་པས་མིག་ཚུ་
 གཏོང་བཞིན་ཞིབ་པར་བཤད། མེས་པོས་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་དེ་ནས་བཟུང་སྐྱུག་མི་
 དགོས་ཁྱོད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་དུ་མི་འཇུག་ཟེར། དེ་ཕྱིན་ཐེན་སན་ཉོས་བྱིས་པ་
 རྣམས་དང་མཉམ་དུ་མི་ཅེ་ཞིང་། མི་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་གཏམ་སྒྲ་ཞིང་སྟོད་རྒྱར་
 སྤོང་བྱེད་ཀྱིས་དེ་ནས་ཚུལ་དེ་རྣམས་སུན་ཤན་རྫོང་ཡོངས་ལ་གྲགས་ཏེ་གོང་ཕྱིད་
 གཞུང་ནས་འོག་འབངས་གྱི་བར་ཀྱན་གྱིས་གཤེས་པར་གྱུར་ཀྱང་ཐེན་སན་ཉོས་གྱི་
 ཁྱིམ་མིས་ནི་རྒྱུན་ཡིན་སྟུམ་སྟེ་འདི་ཅད་ཡེ་མ་བྱས་སོ། །དེ་རྗེས་སྐབས་གིག་ཐེན་
 སན་ཉོས་གྱི་སྟོན་གྱི་ཁྱིམ་ཆང་དང་ཁྱིམ་མཆོས་གཉིས་ཀྱི་ཞིང་སའི་མཐའ་མཆོམས་
 ལ་རྩོད་སྤོང་བྱུང་སྟེ་མཐར་ཕྱིན་གཞུང་ལ་ཁྱུ་གཏུག་བྱས། ཐེན་ཆང་གི་ཞིང་སའི་

འཛིན་ཡིག་དེ་ཐེན་སཐ་ཉོས་ཀྱིས་གང་དུ་བཞག་པ་བྱིམ་མི་གཞན་གྱིས་མ་ཤེས་
 བསའི་ལྟར་བཅའ་ཀྱང་མ་རྟེན། གལ་ཏེ་འཛིན་ཡིག་དེ་མ་རྟེན་ན་ལུགས་ཀྱིས་པ་
 ལམས་པར་དེས་བསའི་འབྲེལ་ཀྱན་འཆོག་ས་ནས་གྲོས་བྱས། ཐེས་སཐ་ཉོས་ཀྱི་མིང་
 མེད་ཁྱོ་གས་སྤྱས་པ། ད་ལྟ་ཐེན་སཐ་ཉོས་སཐ་ཡེས་ཚིང་སྤྱེས་འདུག་ཅེས་ཡོངས་
 གྲགས་རེད། འཆོས་ཁོ་ལ་དེས་ན་དེ་ཐེན་སཐ་ཉོས་ཡིན་མིན་ཡང་ཤེས་སྟབས། གལ་
 ཏེ་ཡིན་ན་འཛིན་ཡིག་གར་ཡོད་ཡང་ཤེས་པོད་ངོ། ཀྱན་གྱིས་དེར་གྲོས་འཆམས།
 དེར་ཕྱིན་བས་ས་སྤྱག་གི་སྤྱགས་ག་ཤེད་ཀྱི་རྩོག་ཐེབ་དུ་བཅུག་ཡོད་ཟེར། དེར་
 བལྟས་བས་འཛིན་ཡིག་རྟེན། སྤང་ད་རྒྱུང་མ་ཡིད་ཆེས་ཏེ་ཐེན་སཐ་ཉོས་ལ་འབྲུད་དུ་
 པོད། ཁོང་གཉིས་གྱིས་ཅིས་ཀྱང་སྤྱར་རང་བྱིམ་དུ་ཡོག་ནས་སྤྲོད་དགོས་ཟེར། ད་
 ལྟའི་ལ་མས་གནང་སྟེ་སྤོན་གྱི་བྱིམ་དུ་སོང་ནས་དེ་ཞིག་བཞུད་ཀྱང་བྱིས་པ་ལོ་
 བརྒྱད་ཅན་ཞིག་སྤྲད་མེད་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྟ་ག་དང་སྤྱེས་པ་ལོ་ཉི་ལྔར་སོན་པ་གཉིས་ཀྱི་
 ཁྱོ་ག་དང་ལ་བྱ་བ་མི་བདེ་བས་ད་ལྟའི་བྱིམ་དུ་བྱིར་ཡོག་དེ་ནས་བརྒྱད་ཐེན་སཐ་
 ཉོས་རེས་འགའ་སྤོན་གྱི་བྱིམ་དུ་སྤྲོད། རེས་འགའ་ལོན་ད་ལྟའི་བྱིམ་དུ་སྤྲོད་དེ་སྤྱགས་
 གཉིས་ཀ་ནས་ཀྱང་ཤིན་དུ་སྤྲོད་བཅེ་བར་བྱེད་དོ།

ཡང་འཛམ་གླིང་གཡུལ་ཆེན་གཉིས་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་གཡུལ་དུ་གི་བའི་དབྱིན་ཇིའི་
དམག་མི་ཞིག་རྒྱ་གར་དེ་ལི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་སྐྱེས་ཏེ། བཅོམ་བའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་གཡུལ་ལ་སྐྱེ་
བ་ལྷ་མར་མེ་མདའ་ཐོག་པའི་མ་རྒྱལ་ཡོད་ཅིང། རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་སྲོལ་ནུམ་སྲ་དང་དུ་
ལེན་འདོད་གཏན་མེད། ཟས་བཟང་བའི་ཆོན་འང་རུབ་ཕྱོགས་པ་ནུམ་སྲ་གྱི་ཡུགས་
ལྷར་བྱེད། ལྷན་དུ་དམག་ཆས་བྱ་རྒྱུར་དགའ་ཞིང་ལྷ་ས་ཀྱང་མ་བསྐྱབས་བཞིན་དུ་
དབྱིན་རྒྱུད་གར་མར་སྐྱེ་ལ་སྐྱེ་བ་ལྷ་མར་གཡུལ་འབྱེད་བྱས་ལྷུལ་དང་གཡུལ་དུ་གི་



ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་དུ་འཆད་དོ། །ཚུལ་འདི་ནི་བྱ་གར་གྱི་སེམས་ཁམས་རིག་
པའི་ཞིབ་འཇུག་ཁང་ཞིག་གི་མགོ་དཔོན་རབ་འབྱམས་པ་པོས་ལ་ཏཱ་ཏི་སོགས་སྟེ་
མིང་ཞིབ་འཇུག་ཚེ་རྒྱང་ཞིག་གིས་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཡབ་ནས་གསར་
ཤོག་ཐོག་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་རྩེ་མ་རུ་བུ་མོ་ལོ་བདུན་ལོན་པ་ཞིག་གིས་མོའི་སྟེ་བ་ལྷ་མ་སྟེས་པ་ཞིག་ཡིན་
ཏེ་རྒྱང་མ་ཐེངས་བཞི་སྤངས། རྒྱང་མ་གསུམ་པ་དེ་གིན་ཏུ་གཏུམ་པས་དེས་གི་
བརྟགས་པའི་མ་བྱུལ་དེ་དུང་དཔུང་པའི་སྟེང་དུ་མངོན། སྟེ་བ་ལྷ་མར་གིང་གི་མི་
གཟུགས་ཐག་པས་བསྐྱུལ་ཏེ་གར་ལུབ་ཏུ་འཇུག་པའི་བློ་གར་ཁང་ཞིག་བདག་
གིར་བྱས་ནས་འཚོ་བ་ཡིན་ཟེར་ཞིང་། ད་ལྟ་འདྲ་སྤྱད་ཀྱང་མ་བསྐྱབས་བཞིན་དུ་
གིང་གཟུགས་ཐག་པས་བསྐྱུལ་ཏེ་གར་སྣ་ཚོགས་ལུབ་ཏུ་འཇུག་པ་དང་དེ་དང་
འབྲེལ་པའི་གཞས་ཚིག་མང་པོ་ངང་གིས་ཤེས་སོ། །འདི་ནི་དབྱིན་ཇིའི་རྣམ་ཤེས་
རིག་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་རྗེར་ཏུན་ཏུ་ཡིར་གྱིས་རྩེ་མ་ནས་བརྟག་དབྱུང་བྱས་ཏེ་
གཏན་ལ་ཡབ་ཅིང་དེ་ནིང་གྱིས་བརྩམས་པའི་མིའི་རྣམ་ཤེས་ཞེས་པའི་དེབ་གྱི་ནང་
དུ་བཀོད་དོ། །

ཡང་༡༧༥༡ལོའི་ཟླ༡༩ཆེས་༢༥ཉིན་རྩེ་མའི་ཐ་སྐན་གྱིང་དུ་བུ་མོ་ཞིག་བཙས་པ་
ལ་མིང་མ་ཉིན་ཡན་ལུས་ཡོས་ཞེས་སྟེ་བརྟགས། དེ་ལོ་བཞིར་མ་སོན་བར་དུ་གཏམ་
མ་སྒྲུལ་ལ། སྟེ་ཤེས་མ་ཐག་ཏུ་མོའི་ཚེ་སྣ་མ་དེ་རྩེ་མ་ནས་གཡུལ་དུ་གི་བའི་འཇར་
པན་གྱི་དམག་མི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཏེ། པ་མ་གཉིས་པོ་ལ་དུ་བཞིན་དུ་མོ་རང་.....
འཇར་པན་དུ་སྒྲར་ལོག་འདོད་ཅེས་ཡང་ཡང་ཁྱེད། །དེ་ཡང་མོ་ན་རེ། ངའི་ཚེ་སྣ་.....
མ་དེ་འཇར་པན་གྱི་དམག་གི་ར་མ་ཞིག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་མེ་སྤུས་ནས་ཟས་གཡོ་
པའི་ཚོན། གློ་བུར་དུ་གནམ་གྱི་ཞིག་བྱང་སྟེ་མེ་མདའ་མང་དུ་བརྒྱབ་བྱང་བས་དེད་



དེ་བཞིན་དུ་རྩ་མེ་ཞེས་པའི་བྱིས་པ་ལོ་བརྒྱན་ལོན་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་མས་མིད་དེ་
དབྱི་ཐ་ལིར་བྱིན། མ་དེ་ནི་ཚོན་རིག་པ་ཞིག་རེད། དབྱི་ཐ་ལི་ནས་ཕྱོན་གྱི་རོ་མའི་
གནའ་ལྷལ་རྒྱུད་པ་གསལ་དུ་སྤོང་བཞིན་པ་ཞིག་ལ་བཟུང་བྱིན། དེ་ན་རོ་མའི་
དུས་ཀྱི་ལྷུས་ཐེང་ཞིག་ཡོད། ཐེང་དེའི་ཐོག་ན་རྩ་གཡམ་ཕྱོན་པོད་དུང་ཡོད་ལབར་
བ་དང་། བརྒྱན་རིས་དག་ཡོད། དེ་དག་མཐོང་བ་དང་རྩ་མེ་ཡར་རྒྱུག་མར་རྒྱུག་བྱེད་
ཅིང་། འདི་ནི་ར་ཚོའི་ལྷུས་ཐེང་དང་ར་ཚོའི་རྩ་གྲུ་རེད་ཅེས་དང་། ར་ཚོས་ཕྱོན་ལྷུས་
ཐེང་འདིའི་ནང་ཉ་མྱ་འཇའ་ལྷུ་བཏང་ཡོད། ཅེས་སྐད་རྒྱུག་ཉ་མྱ་འཇའ་ལྷུ་ཞེས་པ་དེ་
གྲུང་བའི་ཆོ་ཡར་རྒྱུག་ཅིང་རུ་ཉེ། ཨ་མ། ར་མིད་དེ་གཞན་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་གས། འདི་ནི་

ཕྱིན་ཏུ་འཛིགས་པའི་གནས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་རྗེས་དུ་མེ་ལ་ཁྲིས་རྒྱུ་
 མཐོང་བ་ན་འཛིགས་པ་སྤྱི་བ་ཅི་ཡིན་དྲིས་པས་རྒྱ་མཚན་བརྟུང་མི་ཤེས་པར་འདུག་
 གོ། །ཡང་དུ་མེ་ཁྲིད་དེ་རྩ་རན་མེའི་ཀྱན་གྱི་ས་ཆར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་ཤིག་ན། དེར་རྩ་
 རན་མེའི་དམག་གི་བཙོན་ཁང་མང་པོ་མཐོང་། དུ་མེས་སྒོ་བྱར་དུ་བཙོན་རུའི་ཕྱིག་
 པ་ཞིག་ལ་མཚུབ་མོ་བསྟན་ཏེ། འདི་རེད། འདི་རང་རེད། འདིར་སྟོན་སྤྱེས་པ་ཞིག་
 ཕྱིག་པ་འབྲུག་པའི་བར་དུ་བཅུག་སྟེ་བསད་སོང་བས་ཁྱེད་ཚོས་དེ་སྐར་བྱངས་ཏེ་
 སྐར་འཇུག་ལེགས་པར་གྱིས་ཤིག་ཟེར། ཀྱན་གྱི་བཙོན་ཁང་གི་གཞུང་ཕྱོགས་ནས་
 བྱིས་པ་ཞིག་གི་གཏམ་ལ་ཇི་ལྟར་ཡིད་ཆེས་ཏེ་མ་ཆེས་སོ། །འོན་ཀྱང་། བྱིས་པས་
 ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་མི་དེའི་མིང་ཡང་སྒྲུས་པས། མས་སྟོན་ཡང་བྱིས་པས་དེ་
 ལྟར་སྒྲུས་པ་བདེན་པ་འགའ་རེ་བྱུང་བས་བདེན་ཡང་སྤིང་སྟུམ་སྟེ། བཙོན་ཁང་ལ་
 ཕྱིག་རུ་སྐར་གསོ་རྒྱུའི་ཁག་ཐེག་བྱས་ཏེ་སོ་ཕག་གི་ཕྱིག་པ་དེ་བཞིག་པས་དངོས་
 གནས་སྤྱེས་པ་ཞིག་གི་རུས་པ་ཆ་ཚང་བྱུང་རོ། །བཙོན་ཁང་ནས་སྟོན་གྱི་བཙོན་པའི་
 མིང་ཐོ་ལ་ཞིབ་གཤེར་བྱས་པ་ན། བྱིས་པས་སྒྲུས་པའི་མིང་དེ་དངོས་སྟེ་དེ། འོན་
 ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་ཕྱིག་པར་བཅུག་པ་ནི་མ་ཤེས་སོ། །ཡང་ཐེངས་ཤིག་དུ་མེ་དང་རྩ་བོ་
 གཉིས་ལོན་ཏོན་གྱི་དངོས་མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་དུ་ལྟད་མོ་བལྟར་ཕྱིན། ཨེ་ཅི་བ་
 གྱི་རོ་སྐམ་པོ་དག་མཐོང་བ་ན། དུ་མེ་མགོ་ཡོམ་འཁོར་ཏེ་འབྲེལ། བྱིས་དུ་བསྐྱལ་
 ཏེ་མགོ་ཡོམ་དངས་པ་ན་ཁོས་ཞན་སྐྱག་ཕྱིག་བྱངས་ཏེ། ཨེ་ཅི་བ་གནའ་རབས་ཀྱི་
 བྱ་དབྱིབས་ཡིག་འབྲུག་སྐུམ་བྱིས་ཏེ་མ་ལ་བསྟན་ནས། འདི་དའི་མིང་རེད། ཅས་
 ཟེར་རོ། །འོ་རྒྱས་འདི་དག་ནི་དུ་མེའི་མ་ཚན་རིག་པ་དེ་ཡ་མཚན་ནས་ཡིག་ར་བྱིས་
 ཏེ་རབ་འབྲུམས་པ་ལིས་སྟེ་ལི་དུ་ཏ་ཁྱེས་པ་དེའི་བྱང་དུ་བསྐྱར། དེས་ལོན་ཏོན་



གོང་ཁྱེད་ཚོས་ཁང་དུ་བཤད་ཁྱིད་བཞིན་སྐབས་སུ་བཤད་པ་གསར་ཤོག་ཏུ་བཞོད་
 པ་ཞིག་གོ།

དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་བོད་རྒྱམས་ཀྱི་ནང་ན་འད་གོང་དུ་སྒྲུས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲེ་བ་དབ་
 མཁན་ནི་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོས་སྒྲེ་བ་
 དབ་ཚུལ་དགེ་འདུན་ཚོས་འཕེལ་གྱི་ཞལ་ནས་གསུངས་པ་ཁོང་གི་རྒྱམ་ཐར་ལས།
 ཡང་ལན་ཅིག་སྒྲེ་བ་ལྷ་ཕྱི་དང་བར་དོའི་སྒྲོར་ལས་འཕྲོས་ཏེ། བར་དོའི་ལུས་རྟེན་དེ་
 མཛོད་དང་མངོན་པའི་གཞུང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་གཟུགས་དབྱིབས་དེ་འདྲ་རང་
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་མེད་པ་འདྲ། དགེ་བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོའི་སྒྲེ་བ་ལྷོན་མ་དེ་ལུང་
 མེད་ཅིག་ཡིན་པ་ཁོ་རང་ནས་གསལ་པོར་དབ་གནང་གིན་འདུག་ཁོང་གི་སྒྲེ་བ་ལྷོན་
 མ་དེ་གཤེགས་སྒྲེན་ནི་ལྷོན་མའི་ལུང་མེད་གྱི་ལུས་རྟེན་ཅན་དེ། ས་བུ་བའི་སྐབས་
 གང་བ་དེ་བས་ཏེ། གང་ལོག་ཏུ་གི་འདུག་པས། ཁོང་གི་བར་དོའི་ལུས་རྟེན་དེ་ལུང་
 མེད་དེ་རང་གི་རྒྱམ་པ་ཅན་ཡིན་པ་ལ་གླུང་དམར་པོ་ཞིག་ལ་ཞོན་ནས་ད་ལྟའི་དགེ་
 བཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་ཁོང་རང་འབྲུངས་པའི་མི་ཚང་དེའི་སྒྲོར་འཇུག་པའི་སྒྲོང་
 བ་བྱུང་བ་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་དེ་ཉིད་དུ་དབ་མེད་དུ་སོང་འདུག་ རྗེས་སུ་ཤེས་རབ་རྒྱ་
 མཚོ་འབྲུངས་ནས་སྒྲེ་བཤེས་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་ལ་སྒྲོན་གནས་དབ་ཏེ། རྒྱ་མའི་ཁང་བྱིས་
 སོགས་ངོས་གསལ་ཐག་ཚད་འཛིན་འདུག་ཅིང་ད་ལྟའང་གསལ་པོར་དབ་གནང་
 གིན་འདུག་ཅེས་ཞལ་ལས་དངོས་སུ་ཐོས། ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་སྒྲེས་ལུ་
 དམ་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ནི་སྒྲེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་འདྲ་རྗེས་སུ་དབ་པ་ཡོད་དེ། སོ་སའི་རྒྱམ་
 ཐར་དག་ན་གསལ་བ་ལྟར་ལགས་པས་འདིར་མ་བཞོད་ལ་རེ་རེ་ནས་བཛོད་གྱིས་
 ཀྱང་ག་ལ་ལང་། དེ་རྒྱམས་ནི་མི་ནས་མིར་སྒྲེས་ཤིང་སྒྲེ་བ་ལྷ་མ་རང་གིས་དབ་པའི་
 སྒྲོར་ཡིན་ནོ། །

དཔེ་དེད་འགྲོ་ནས་མིར་སྒྲིབ་པ་དང་མི་ནས་དེད་འགྲོར་སྒྲིབ་པ་འགའ་ཞིག་……
 བརྗོད་དེ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་པ་བཞི། དགེ་སློང་བ་ལང་བདག་
 ཅས་བྱ་བ་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་པ་ལང་ནས་ཆེ་འཕྲོ་བ། བྱད་བཞིན་བ་ལང་དང་འབྲུ་བས་
 སྒྲིབ་པ་རྒྱལ་མཁའ་ལྟ་བུ་པ་ལང་དང་བྱ་བ་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་པ་ལང་དང་འབྲུ་བ་
 ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་ལང་རྒྱ་པོ་དེགས་ལྟ་བུ་གི་འགྲམ་དུ་སྒྲིབ་ཞིག་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ལྟ་
 རེའི་ལྟ་བུ་འདམ་ནས་བྱུངས་ཏེ་ཆོས་པ་སྟན་པའི་མཐུས་མིར་སྒྲིབ་པར་གསུངས་ཏེ།
 ལུང་སྟན་ཆོགས་ལས། ལྷ་བ་དགྲུ་འདས་ནས་བྱ་བ་ལང་གི་གུ་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་བུ་
 ཞིག་བཅས་པ་དང་མིང་བ་ལང་བདག་དུ་བཏགས། དེ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དང་ལྟ་བུ་
 ལུ་དེར་བསྟན་སྟོམས་ལ་བྱིན་པས་བསྟན་སྟོམས་ལུལ་ཏེ། ཁྱེད་དེ་ག་རེའི་ལྟ་
 གཏོང་དུ་བསྟན་ནས་དེས་བྲམ་ཟེ་ལ་བརྟུ་བྱས་པ་དང་། བྲམ་ཟེས་ཁྱེད་ལ། ཁྱོད་མ་
 བཅས་པ་ནས་འཕགས་པ་ལ་ལུལ་གྱིས་སྟང་ཞིག་སེམས་ཅན་གྱི་དཔལ་ལོང་པ་དེ་
 དེའི་བྱི་བཞིན་དུ་སྟང་ནས་རབ་བྱུང་བཞེན་ཐོགས་བྱས། བསྟོམས་བས་དག་བཅོམ་
 པའི་འབྲས་ལུ་ཐོབ་པོ། དེ་ལ་ལས་ལས་སྒྲིབ་པའི་མིང་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། གཅིག་
 བས་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིང་ཅིག་ཤོས་ནས་མིང་དོ། སྟོན་པས་དུས་མིན་པའི་ཁ་ཟས་
 གྱི་བསྐྱབ་པ་མ་བཅས་པའི་ཆོ་སྒྲིབ་པ་ཤིང་མིང་དོ། བཅས་པ་བས་སྒྲིབ་པ་ཤིང་འདོར་
 བས་ལུས་ཤིང་ཅིང་ཉམ་རྒྱུང་བར་གྱུར་ནས། ཞེས་སོགས་གསུངས་ཏེ། འདི་ལ་
 བཞེན་ནས་རྒྱུ་སྟོན་པས་བསྐྱབ་པ་འཆའ་བར་མཛད་དོ། དགེ་སློང་བ་ལང་
 བདག་གིས་སྟོན་རང་གི་མ་ལན་པོ་དག་བཅོམ་པ་ལ། ཁྱོད་སྒྲིབ་ལྟ་བུ་
 ཞེས་ཆོག་མི་སྟན་པ་སྒྲིབ་པའི་རྒྱལ་མཁའ་གྱིས་སྒྲིབ་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་དུ་སྒྲིབ་ནས་གྱིང་
 པ་ཐ་མའི་ཆེན་འདུ་གི་གུ་ལྟ་བུ་ཅན་དུ་སྒྲིབ་པར་གསུངས་སོ། དེ་བཞིན་དུ་



ལྷུལ་གྱི་བ་མིར་སྒྲིམ་ནས་ཁ་ནང་དུ་དུག་ལྷན་སྒྲིམ་སྤྱོད་པས་སོ་འབྱུང་བའི་གིང་
 ལམ་ཁར་དོར་བར་བརྟེན་ནས་སྒྲིག་ཆགས་མང་པོ་གི་བས་སྟོན་པས་རྗེས་སྤྱོད་
 ལྷར་མི་འདོར་བའི་བསྐབ་པ་འཆའ་བར་མཛད་དོ། །དེ་དག་དང་མཚུངས་པ་དང་
 དུས་སྤྱི་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཁྲུང་བུལ། མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་པོ་རང་གིས་ཡི་གེར་
 བབ་སྟེ་རྒྱ་ནག་གི་ནང་བསྟན་ཞེས་པ་སྟགས་དེབ་མང་པོའི་ནང་དུ་བཀོད་པ་ཞིག་
 འདུག་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། ༡༨༩༧ལོར་སྤྱི་ཞབས་ཡུས་ཉིད་སེཾོན་གིས་ཁྲུང་ཆའི་ལོས་
 ཅན་རི་པོའི་ཀྱང་རྫོས་དགོན་དུ་སྟོད་སྐབས། ཉིན་ཞིག་གི་ཞོགས་པར་རི་ལས་
 བབས་ཏེ་གོང་དུ་དོན་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱིན། ལམ་བར་དུ་ཆོང་ཏེ་ཞེས་བའི་མཆོུ
 ཞིག་ཡོད་པ་བཀྲལ་ཕྱིར་གྱུར་ཞུགས། གྱུ་དེར་ལམ་འགྲུལ་བཅུ་ལྷག་ཅིག་དང་བྱིས་
 པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་ལས་བྱིས་པ་གཅིག་གི་ལག་གཡས་གོས་ཀྱིས་བདུམས་
 བས་གཞན་ལ་མཐོང་དུ་མི་འདུག་ ཅུང་ཞིག་ནས་བྱིས་པ་གཞན་ཞིག་གིས་སྟོ་བར་
 དུ་དེའི་ལག་པ་གཡས་ནས་བཟུང་སྟེ་ཤུགས་ཀྱིས་ཕྱིར་བུངས་བས་ལག་མགོ་ནི་ལག་
 གི་སྐྱག་པ་དངོས་སྤྱི་འདུག་ སྤྱི་ཞབས་ཡུས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་མཐོང་ནས་དངངས་སྐྱག་
 སྒྲིམ་པ་ཀླད་པོ་ཞིག་གིས་མཐོང་སྟེ་སྒྲིམ་པ། བྱིས་པ་འདིས་སྟོན་གྱི་སྒྲི་བ་གསུམ་
 དན་ཏེ། གསུམ་ཆར་དུ་འང་ལག་ཁོན་རྒྱུས། ཁོས་ད་ལྟ་འང་སྟོན་གན་པས་ལག་གི་
 མིད་པར་གྱི་བཅུགས་ཏེ་གསོད་པ་དང་། ག་ཆོང་འདུས་སྤྱིར་ནས་བྱིས་དུམ་བར་
 གཅོད་པ་རྣམས་དན་ཆོ་སྟོང་ལ་མཆོན་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱག་བསྐལ་ཕྱིར་གིན་
 འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །

ཐེ་ཐག་གྱི་ཐེ་པོ་གོང་ཁྱེར་ན་པ་ཡུལ་རྒྱ་ནག་གྱེ་ཅང་ནས་ཡིན་པའི་ཀན་པོ་ཨོང་ཉིན་
 གྱི་ལག་གཡོན་པ་འང་ལག་སྐྱག་དུ་ཡོད་ལ། ཁོས་རང་ཉིད་མི་ནས་ལག་དང་ལག་
 བས་སྤྱར་ཡང་མིར་སྒྲིམ་རྒྱུ་རྣམས་གསལ་བར་དན་གྱིན་འདུག་ ལྷུལ་དེ་རོ་ཡུས་

ཞེས་པའི་བཅུན་པ་ཞིག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་སྟེ། ༡༧༧ ལོར་ཡི་གེར་སྟེལ་བ་
ལོ་དེར་དཔར་སྐྱོན་བཀྲིས་སྐྱོང་། དེ་ཡང་ཀན་པོ་ཨོང་ཉིད་ཀྱིས་ལག་གཡོན་པ་རས་
ཀྱིས་དཀྲིས་ཏེ་སྤུ་ལའང་མི་སྟོན། ཟས་བཟའ་བའི་ཆོ་ནའང་པོར་བ་ཅན་ཅིའི་སྟེང་
བཞག་སྟེ་བཟའ། གོས་ལྟུང་བ་དང་། ཟས་གཡོ་བ་སོགས་གཞན་གྱིས་གོགས་བྱེད་
པ་ཁོ་ནར་བརྟེན་དགོས། ཉིན་ཞིག་རོ་ལུས་དང་མཉམ་དུ་ཟས་བཟའ་སྐྱབས་ལག་
མགོ་སྐྱབྱེད་ཀྱི་རས་ཐང་ལ་ལུང་བས་ལག་མགོ་ཕག་གི་ཕྱིག་པ་ཅན་དུ་མཐོང་ནས་
ཞིབ་ཏུ་དྲིས་པ་ན། ཀྱང་པོ་ཨོང་གིས་ན་རེ། ངའི་རྒྱུ་པ་ལྷ་མའི་སྐྱ་མ་དེ་མི་དཔལ་པོ་
ཞིག་ཡིན། ཐང་ཅིག་ནད་ཀྱིས་བཏབ་ནས་འཆིར་ཉེ་བའི་ཆོན། སློ་སྤར་དུ་ལུས་ནི་
ཡང་མེད་པེ་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་མིང་མི་ཤེས་པའི་གོང་དལ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར། དེའི་ཆོ་
པའི་ལུས་ལ་གྲང་བའི་སྤྱང་བ་དཔེ་མེད་པ་ཞིག་ལྷུང་ནས་རང་དབང་མེད་པར་གྲང་
འདར་རྒྱག་དགོས་པ་ཞིག་ལྷུང་། དེའི་ཆོ་དེ་ན་ཁྲིམ་ཚང་ཞིག་མཐོང་སྟེ། ཁང་བའི་
སྒོ་ནི་ཕྱེ་སྟེ་བཞག་འདུག་ནང་དུ་སྤྱོན་པས་མི་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག། ཁང་བའི་གྲང་
ལོགས་སུ་གོས་ནག་པོ་འགའ་ཞིག་བཀལ་བ་མཐོང་ནས་རྒྱ་སེམས་སྒྲིམ་ཏེ། གོས་
གཅིག་སྒྲངས་ནས་གྱོན་པས་ལུས་ལ་དྲོད་ཀྱིས་ཁྱབ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་བདེ་བ་ཞིག་ལྷུང་ཞིང་།
ལུས་རང་དབང་མེད་པར་གྲང་ལོགས་དེར་སྟོད་དགོས་པ་ཞིག་ལྷུང་ནས་བསྐྱད་པས་
གཉིད་དུ་ལུར་སོང་། ལུས་ཅི་ཙམ་ཞིག་གཉིད་པ་ནི་མ་ཤེས། གཉིད་སང་ཆོ་ཕག་
ཆང་ཞིག་ན་ཕག་མ་ལ་ཕག་ཕྱག་བདུན་བརྒྱད་ཅིག་བཅའ་བཞིན་འདུག་པ་དེའི་
ཁྲོད་ན་སྒྲིམ་འདུག་རང་གི་ལུས་ལ་བལྟས་པས་རང་ཡང་ཕག་ཕྱག་ཏུ་གྱུར་འདུག་
པས་གི་ནས་ཕག་གི་སྒྲེ་བ་སྒྲངས་པ་ཡིན་པ་ད་གཤིད་ཤེས། སེམས་ལ་འཇིགས་
དངངས་དང་སྒྲོ་བ་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ལྷུང་། དེ་ནས་སེམས་སྤྲུག་དགས་ནས་འཆིར་



འཕྲུག་སྐྱམ་དུ་བསམས་ནས་ཟས་གཅོད་བྱས། འོ་མ་ཡི་མ་བཅུངས་ཤིང་ཟས་
གཞན་ཡང་མུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཟོས། ཞག་བདུན་གྱི་རྗེས་སུ་སྤར་ཡང་ཐོན་བཞིན་
ལུས་ཡང་མེད་པེ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཕག་ཚང་ལས་ཐོན་ཏེ་ཡང་གྲོང་ཆོག་ཞན་ཞིག་
ཏུ་སྒྱུར་གིས་ཁྱིམ་པ་བཞིན་དུ་སོང་། དེར་ཡང་ལུས་ཤིན་ཏུ་གྱུར་ཞིང་གྲང་སྒྱུར་གིས་
དེད་ནས་ཁྱིམ་ཞིག་ཏུ་སོང་། དེ་ནས་མི་མེད་ཅིང་སྤར་བཞིན་གོས་འགའ་ཞིག་
མཐོང་སྟེ། ལག་གཡོན་བརྒྱུད་ཏེ་རྒྱ་བར་བརྩམས་ནས་ལག་གཡོན་གོས་ཀྱི་
མཐའ་ལ་རེག་ཅམ་གྱི་ཆོན་སྤར་ཡང་འདི་ལྟར་བརྩམ་ནས་ཕག་ཏུ་སྒྲིམ་པ་བྱས་ནས་
ལག་པ་བྱིར་བསྐྱམས། འདི་ཉིད་དུ་གྱུར་བས་འཆིར་འཕྲུག་སྐྱམ་སྟེ། གནས་དེར་
བསྟན་བས་གྱུར་བྱས་པས་དེ་ཉིད་དུ་བརྒྱལ་བར་གྱུར། དུས་ཅི་ཅམ་སོང་བའི་མ་
ཤེས། བརྒྱལ་སངས་པའི་ཆོན། མི་ཁྱིམ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ་ཏེ་ལུས་ཀྱང་བྱིས་པ་རྒྱུད་དུ་
ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་གཏམ་སྤྱོད་པར་འདོད་ཀྱང་སྤྱོད་མི་རུས་པ་ཞིག་ཏུ་འཕྲུག་ འོན་ཀྱང་ལག་
མགོ་གཡོན་པ་འདི་ནི་འདི་ལྟར་ཕག་སྤྱོད་ཏུ་གྱུར་འཕྲུག་ཟེར་རོ། །བཅུན་པ་རོ་ལུས་
ཀྱིས་འདི་མཐོང་དུས་ནི་༡༧༥༦ལོ་རེད། ཆུན་པོ་ཨོང་ཉིད་ཀྱིས། ངའི་གནས་ཚུལ་
འདི་དེད་གྱི་རྩ་བའི་སྤྱོད་མ་ནན་ཐེན་དང་ཁྱེད་གཉིས་ལས་གཞན་སུ་ལའང་བཤད་མ་
ཐོང་། ཅིས་ཀྱང་གསལ་རོགས་ཟེར། རྗེས་སུ་ཆུན་པོ་དེ་གྲོང་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ཁང་ནས་
ཆོ་འཕོས་རྗེས་ཀྱན་ལ་བསྐྱགས་པ་རེད།

དེ་བཞིན་དུ་༡༧༩༧ལོར་རྒྱ་ནག་རྒྱུད་ཏེ་ན་ཤན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འཆི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་
ནས་ཡོད་སྐབས། བཅུན་པ་གནས་སྒྲོར་ལ་འགོ་བཞིག་དང་འབྲུད་བས། བཅུན་པ་
ན་རེ། ཁྱོད་ལ་ཐིག་པ་ཆེ་བས་བཤགས་པ་གྱིས་ཟེར། ཤན་པས་ཐལ་མོ་ཡ་གཅིག་
བྱས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ་སྟོང་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་གིལ། །དེ་ནས་རྒྱ་དགའི་རྗེས་
སུ་ཤན་པའི་ཁྱིམ་མི་རྣམས་ལ་སྤྱན་མོང་དུ་མི་ལམ་ལ་མཆོན་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། བ་

གན་ན་རེ། ར་ཁྱོད་ཆོའི་ཁྱིམ་གྱི་ཡ་གན་ཡིན། སང་ཉིན་ཁྱིམ་མཆོས་ཀྱི་ཡག་ཚང་དུ་
 ཡག་ཤུག་ཅིག་ཏུ་སྒྲེ་བར་འགྱུར། ཡག་ཤུག་གི་ལག་པ་ཡ་གཅིག་མིའི་ལག་པ་ཡིན་
 བས་ནོར་མི་དགོས། ངའི་ཕྱོག་སྒྲེ་བས་ཤིག་ཟེར་རོ། ལྷོ་ཉིན་བལྟས་པས་རི་ལྷ་བ་
 བཞིན་འདུག་པ་ཅང་ཉེའི་ཏ་ཁང་བའོ་དུ་དགོན་གྱི་ཆོ་ཐར་ར་བར་བཏང་སྟེ་ཆོ་ཐར་
 བྱས། ཅིན་དུ་བར་ལེན་ཁང་གིས་འདིའི་བརྟན་པར་བྲངས་ཏེ་དུས་དེ་བ་ཐོག་བཞོད་
 བས་ཅང་ཉེའི་མི་ཡལ་མོ་ཆེས་ཤེས། བརྟན་པར་དེ་ད་དུང་དུ་འང་འདུག་གོ། མིའི་
 ལག་པ་དེ་ཐལ་མོ་སྒྲུར་བའི་དབྱིབས་སུ་ཡོད་ལ་འགྲོ་བའི་ཆོས་ལ་མི་བརྗེ་བར་རྒྱང་
 ལག་གཞན་གསུམ་གྱིས་ས་ལ་སྒྲོས་ཏེ་འགྲོ་བར་འདུག་ཅས་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟར་ཐོན་
 གནས་དྲན་པ་ནི་འདི་རྒྱམས་སུ་མ་ཟད་དེ། ད་དུང་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་འདུག་ཀྱང་རེ་
 ཞིག་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་བྱས་སོ། །མ་འོངས་པ་ན་འང་ད་དུང་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་
 རི་མྱིད་གནས་པ་དེ་མྱིད་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་བ་ནི་གདོན་མི་ཟདོ། །དེ་ལྟར་
 འཛམ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱ་སོ་སོ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་སྒྲེ་བ་ལྷ་ཕྱི་རྒྱུ་ལྷ་གཞན་གཏན་
 བས་མ་ཆགས་པའི་ཡུལ་དག་ནས་ཀྱང་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་པོ་མང་པོ་བྱུང་ལ།
 དེ་ཡང་དྲན་ཞེས་ཁོང་ཅག་གིས་སྒྲུས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་བརྟག་དབྱད་གྱི་ཆོགས་པ་
 ཆེད་དུ་བཅུགས་ཏེ་ནན་གྱིས་བརྟགས་པས་བདེན་དཔང་ཚད་མ་དང་བཅས་པས་
 དེས་ཤེས་རྟེན་པ་དག་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་དུ་འང་ཡལ་མོ་ཆེ་བྱིས་པ་རྒྱང་དུ་གདམ་སྒྲེ་
 ཤེས་ཙམ་ནས་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་ཏེ། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དང་། ས་ཕྱོགས་
 གཞན་དང་། མི་རིགས་གཞན་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཞིབ་ཞིབ་པར་སྒྲུས་པ་རྒྱམས་
 བྱིས་བདེན་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་བྱིས་པ་དེ་རྒྱམས་ཆོ་འདིར་ཡུལ་དེ་
 དག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལྟ་ཅི། ཐན་ཐོས་ཙམ་ཡང་མ་ཕྱོད་པ་མང་ལ། བྱིས་པ་རྒྱང་དུ་དེ་ཙམ་



ཞིག་གིས་གཞན་དག་བསྐྱབས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བཅས་ཏེ་སྟོན་པར་ཡང་རྩོམ་
 ཐོགས། བཅས་ཀྱང་དོན་ལ་གནས་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྟོན་མི་རུས། ཆེ་སྒྲ་མའི་ཉེ་དྲ་
 རྒྱུ་མས་ལ་བརྟེ་གཏུང་རྒྱུ་ཆགས་པ་དེ་འདྲ་འང་འོང་མི་བདུལ་བས་བྱིས་པས་རྒྱས་པ་
 དག་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ཆེས་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །བྱིས་པས་སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་
 པ་དེ་ཡང་ལོ་བཞི་ལྷ་ཙམ་མན་ཆད་ལ་ད་དྲང་སྒྲ་མའི་བག་ཆགས་དག་བརྟན་པས་
 གསལ་པོར་དྲན་ཞིང་། ལོ་བདུན་བརྒྱད་ཡན་ཆད་ནས་རིམ་བཞིན་སྒྲ་མའི་བག་
 ཆགས་དག་སྒྲུབ་ཅིང་ཡལ་ནས། ཆེ་འདིའི་བག་ཆགས་མཐུ་བརྟན་པས་མི་གསལ་
 བའམ་བརྟེན་འགྲོ་བར་འདུག་གོ། །འདི་དག་ནི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་
 པས་ན་ཆེ་སྒྲ་ཕྱི་ཡོད་པའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་ལ་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཅི་ཞིག་དགོས། འགའ་
 ཞིག་གིས་ད་དྲང་ཆོན་རིག་གིས་མ་གྲུབ་པར་དུ་ཡིད་མི་ཆེས་ཟེར། ཡིད་མི་ཆེས་པ་
 ལ་རག་མོད། གཟུགས་མིག་གིས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བཞིན་དུ། ད་དྲང་ན་བསམ་
 མཐོང་གི་བར་དུ་ཡིད་མི་ཆེས་ཟེར་བ་དང་མཚུངས་པས་ཤིན་ཏུ་མཛོལ་སོ། །འདི་
 འདྲའི་རྒྱུ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །རིགས་གསར་རྒྱ་བ་རྒྱུ་མས་ཀྱིས་ད་
 ལྟའི་བར་དུ་ཁོང་ཆོའི་རིགས་པས་རང་སྟོབས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྟེ་བ་སྒྲ་མ་དྲན་རྒྱ་ཡོད་པ་
 ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་ལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པས་ནི་སྟོན་ནས་
 ཡང་ཡང་བཀའ་བརྩལ་ཏེ། མདོ་སྟེ་ས་བརྩུ་བ་སོགས་ལས། དེ་སྟོན་གྱི་གནས་རྒྱུ་
 པ་དུ་མ་རྗེས་སུ་དྲན་ཏེ། ཆེ་རབས་གཅིག་གྱང་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། །ཆེ་རབས་གཉིས་
 དང་། གཟུམ་དང་། བཞི་དང་། ལྷ་དང་། བརྩ་དང་ཞེས་པ་ནས་བསྐལ་བ་བྱེ་བ་
 བྱག་ཁྱིག་འབུམ་ཕྱག་དུ་མའི་བར་དུ་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། །ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་ནས་བདག་
 མིང་ནི་འདི་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར། རུས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། རིགས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། ཟས་
 ནི་འདི་ལྷ་སྤྱ་ཞིག་ཟ་ཟ། ཆེ་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་སྤུབ། ཡུན་ནི་འདི་སྤྱིད་ཅིག་གནས་

གནས། བདེ་བ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མྱོང་ངོ་། །བདག་དེ་ནས་གི་
 འཕྲོས་ནས་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེས་སོ། །དེ་ནས་གི་འཕྲོས་ནས་འདིར་སྒྲེས་སོ་ཞེས་
 རྣམ་པ་དང་བཅས་དན་དབང་དང་བཅས་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པར་སྡོན་གྱི་གནས་
 རྣམ་པ་དུ་མ་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། །ཞེས་གིན་ཏུ་གསལ་པོར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་འགྲོ་
 བའི་ཆེ་སྤྲུག་གི་གནད་གལ་པོ་ཆེ་འདིའི་སྤྲོད་ནས་རིགས་གསར་དང་རྒྱལ་བའི་
 གསུང་རབ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་ཁྱད་པར་གནམ་ས་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་འདུག་པ་མངོན་
 སུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཡང་གནད་གང་ཟབ་རྣམས་ཀྱི་
 ཐོག་ནས་ཁྱད་པར་འདི་འདྲ་བ་རེ་འབྱུང་བ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་མིག་ལྡན་གྱི་མདུན་
 བ་གཞུགས་བཞིན་གིན་ཏུ་གསལ་བ་ཡིན་པས་སློང་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ཁྱད་འབྱེད་
 པ་གལ་ཆེན་། །འཕྲིན་པ་རེ། གླེབ་སྐྱེའི་ཞེས་པ་མི་དམིགས་བསལ་བ་རེ་རྒྱང་
 ལས་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་དེ། མི་དྲན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཁྱད་པ་མེད་དེ། ཐོན་གནས་
 རྒྱང་ཟད་ཀྱང་མི་དྲན་པ་རྣམས་ལ་འང་འོག་ནས་འཆད་པར་འབྱུར་བའི་གཉིད་
 འབེབ་གྱི་ཐབས་ཀྱིས་སྤྲོད་པ་ཕྱིར་སྒྲོག་བྱས་ཆེ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རི་བཞིན་དུ་དྲན་
 འོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་མི་འགའ་རེའི་གླེབ་སྐྱེའི་ཁང་ཁྱིམ་སོགས་རྒྱང་
 ཟད་རེ་ལས་དྲན་མི་འདུག་སྟེ། དེས་མ་དྲན་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་ཁང་ཁྱིམ་སོགས་འགའ་
 རེ་ལས་སྤང་བ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ག་ལ་སྤྲོད། དེས་ན་མའི་མངལ་དུ་ཡུན་རིང་
 བརྒྱལ་ནས་བསྐྱོད་པ་དེས་སྒྲེབ་པ་སྐྱེ་མ་ཐམས་ཅད་བརྗེད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ནོ། །
 མངལ་དུ་ཡུན་ཅི་ཅམ་གནས་ཞེན། མངལ་དུ་གནས་པའི་ཡུན་རིང་སྤང་ནི་གཅིག་ཏུ་
 མ་དེས་ཏེ། སྤྱིར་བཏང་ལ་སྒྲོབ་དགུ་འམ་བརྒྱ་ཅམ་དང་འགའ་ཞིག་དེ་བས་ཡུན་རིང་
 དུ་གནས་ཏེ། སྤྲུག་སྒྲུག་ཅན་འཛིན་ལོ་དུག་ཏུ་མངལ་དུ་བཞུགས་ཞེས་རང་རེའི་ལུང་



ལལ་མོ་ཆེ་ལས་གསུངས་པ་དང་། དག་སྒོར་ཀན་པོ་སྒྲེས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ལོ་དྲུག་རྩུར་མངལ་དུ་གནས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྒྲེ་བ་དགུ་ལས་བྱང་བའང་ཡོད་མཆི་སྟེ་འོག་དུ་འཆད་པར་བྱའོ། །

འདི་དག་ལ་ལས་དབང་གིས་ཅིར་ཡང་འབྱུང་བས་ཆད་གཟུང་མི་རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བར་དོར་གནས་པའི་ཡུན་ལའང་ངེས་པ་མེད་དེ། རང་ཅག་གི་གཞུང་དག་ལས་ཀྱང་། ཞག་བདུན་ནམ། བདུན་བདུན་ཞེ་དགུ་འམ། ལུས་ཀྱི་ཚོགས་པ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་བར་དོར་གནས་པར་གསུངས་ལ། ད་ལྟའི་ཐུན་གནས་རྗེས་དྲན་མཁན་རྣམས་ལའང་མ་ངེས་པ་སྒྲེ་ཚོགས་གིག་བྱུང་སྒྲུང་དོ། །འོན། འགའ་ཞིག་གིས་ཅིའི་ཕྱིར་དྲན་ཞེ་ན། སོ་སའི་ལུས་ཀྱི་ཅ་ཁམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དང་། ཐུན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་འབྲས་བུའོ། །ལས་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཞན་ལ་ཚོས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་བཏང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་དྲི་མེད་པས། ཆེ་རབས་དྲན་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། གཉིད་དང་མི་ལམ་གྱི་གནད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤིང་བ་ཕྱིར་སྒྲོག་གིས་སྒྱུབ་པ་ནི། ཞོང་སྒྲུས་བཞིན་ལྟན་སྒྲེས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ཐུན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པས་སྒྲེ་བ་སྒྲུ་བྱི་ཡོད་པ་གྲུབ་པར་མ་ཟད་གཉིད་འཕེབས་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུན་གྱི་གནས་དྲན་དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ་འདིས་ཀྱང་འགྲུབ་པོ། །འོན། གཉིད་འཕེབས་ཀྱི་ཐབས་ཞེས་པ་དེའི་ངོ་བོ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅི་ན། སེམས་ཁམས་ཀྱི་སྒྲན་པ་སོགས་གཉིད་འཕེབས་བྱེད་པ་པོའི་གཉིད་དུ་འཇུག་པའི་བརྟེན་སྒྲུར་ལ་བརྟེན་ནས་དལ་ལྷན་གཉིད་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ངང་དུ་གནས་པར་འགྱུར། དེ་ནི་གཉིད་དངོས་ཀྱང་མ་ཡིན་ལ་སང་བའང་མ་ཡིན་པའི་གཉིད་མ་སང་ཅིག་སྟེ། གཉིད་འཕེབས་པ་པོས་དྲུང་ནས་གང་མ་གང་སྒྲུས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐོས་ལ། གང་མ་དེ་དང་དེའི་རྗེས་སུ་

མཐུན་པར་སེམས་ཀྱི་འདུག་ལྟར་དང་། དྲི་བ་ལ་ལན་འདེབས་པ་དག་གྱང་ཚུལ་
བཞིན་བྱ་རུས། འོན་ཀྱང་། སད་པའི་གནས་སྐབས་དང་མི་མཚུངས་ཏེ། ཆོ་འདི་
དང་སྤྱི་བ་ལྷ་མོ་སོགས་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྲང་བ་སྤྱ་ཆོགས་པ་དག་མི་ལམ་བཞིན་
དུ་སྤྲང་ཡང་འཆར་ཞིང་། ད་གཟོད་གཉིད་སད་པ་བཞིན་སད་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།
ཕྱིར་སྒྲོག་བྱ་ཚུལ་ནི། གཉིད་འབེབས་པ་པོས་བད་སྤྲང་ཏེ། ད་ཁྱེད་ལོ་བརྩ་པའི་
གནས་སྐབས་དེར་སོང་ཞིག ད་ཁྱེད་ལུལ་རི་འདྲ་བ་ཞིག་ན་འདུག ཉེ་འཁོར་ན་
ཁང་པ་སོགས་རི་ལྷ་མོ་འདུག གྲོགས་སུ་དག་ཡོད། ཁྱེད་ཀྱི་གོས་གང་འདྲ་ཞིག་
གྱོན་འདུག་པ་དེད་ལ་སྒྲོས་ཤིག་ཅེས་སྤྲང་པས་ཐམས་ཅད་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ལན་
འདེབས་པར་བྱེད། ལོ་བརྩན་དང་གསུམ་སོགས་ལའང་དེ་ལྟར་བྱ། དེ་བཞིན་དུ།
ད་ཁྱེད་སྤྱི་བ་ལྷ་མོའི་གནས་སྐབས་ག་གོ་མོ་ཞིག་ལ་སོང་ཞེས་སྤྲང་པས་དེ་དང་དེའི་
སྤྲང་བ་འཆར། དེའི་ཆོ་རི་འདྲ་འདུག་པ་དྲིས་ན། ཐམས་ཅད་རི་བཞིན་དུ་ལན་
འདེབས་སོ། །

སྤྲང་བ་འཆར་ཚུལ་ལ་གཉིས་ཏེ། གཉིད་འབེབས་ཤིན་ཏུ་ཟབ་མོ་ཐེབས་པ་དག་ལ་
ནི་སྒོན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཁོ་ན་ལྷ་མོར་གྱུར་ཏེ། ཕྱིས་པའི་གནས་སྐབས་འཆར་དུ་
བརྩག་ཆོ་སྐད་ཀྱི་གདངས་གྱང་ཡོངས་སུ་འགྱུར་ཏེ་ཕྱིས་པ་ཚུང་དུའི་སྐད་སྒྲ་ཞིང་།
ཡི་གེ་འབྲིར་བརྩག་ན་ཕྱིས་པའི་ཡིག་གཟུགས་ཁོ་ན་འོང་། སྤྱི་བ་ལྷ་མོ་རྣམས་སུ་མི་
རིགས་གཞན་དུ་སྤྲང་པའི་སྤྲང་བ་རྣམས་ཤར་བ་ན། ཆོ་འདིར་མི་རིགས་དེའི་སྐད་
གཏན་ནས་མི་ཤེས་གྱང་གྲོ་བྱུར་དུ་སྐད་རིགས་དེ་དག་སྤྲ།

དེ་དང་དེའི་ཆོ་ན་བདེ་སྤྱག་གི་སྤྲང་བ་གང་ལྟར་བརྣམས་ཤར་བའི་ཆོ་ད་ལྷ་དངོས་སུ་
མྱོང་བཞིན་པ་ལྷ་མོའི་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་དག་བྱེད་དོ། །གཉིད་འབེབས་དེ་



ཙམ་ཟབ་མོ་མ་ཐེབས་པའི་རིགས་དག་ལ་ནི། གར་ལ་བལྟ་བ་བཞིན་ཐོན་གྱི་སྤང་
 བ་རྒྱམས་ཤར་བ་ཙམ་ལས་དེ་དང་དེའི་རྒྱམ་པར་གྱུར་བ་མེད། གར་ལྟར་ཡང་གར་
 ཟག་དེ་དག་ལ་ཐོན་གྱི་གནས་སྐབས་དེ་དང་དེར་དངོས་སུ་འབྱུང་བའི་སྤང་བ་འོང་
 གིན་འདུག དོན་ལ་ནི་རང་རང་གི་སེམས་ལ་ཤར་བ་སྟེ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་
 གུང་། མི་ལམ་བཞིན་མ་ངེས་པ་གང་རུང་རུང་འཆར་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ཏེ། གར་ཡང་
 རུང་བའི་སྐྱེ་བ་ལྟ་མའི་གནས་སྐབས་ཤིག་གཞིར་བྱས་ཏེ། དེ་ནམ་འཆར་དུ་བརྒྱག་
 གུང་སྤང་བ་རྒྱམས་ཚུལ་གཅིག་པ་ཁོ་ན་ལས་མ་ངེས་པ་སྤྱོད་ཆོག་སེམ་མི་འབྱུང་། དེ་
 བཞིན་དུ་མི་གཉིས་ཐོན་ལུལ་གཅིག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ། བྱ་བ་གཅིག་མཉམ་དུ་བྱས་པ་ལ།
 སོ་སོར་གཉིད་འབེབས་གྱིས་སྤར་བརྒྱག་ན་གཅིག་མཐུན་ཁོ་ནར་འོང་བ་སྟེ། ཤིན་
 ཏུ་འོ་མཆར་ཅན་ཞིག་ཡིན། འགའ་ཞིག་ལ་སྐྱེ་བ་ལྟ་མའི་གནས་སྐབས་ལ་སོང་ཞེས་
 བརྟ་གཏན་ནས་མ་སྤར་ཡང་རྒྱུན་གཞན་གྱི་དབང་གིས་སྤར་མའི་གནས་སྐབས་སྤར་
 བའང་འདུག་གོ། །འདིའི་བྱེད་ལས་ནི། རྒྱལ་ཕྱོགས་པ་དག་གིས་ལུས་སེམས་གྱི་ནད་
 འགའ་ཞིག་འཆོས་བྱེད་དུ་སྦྱོད་དེ། སྐྱེ་བ་ལྟ་མའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་ནད་འགའ་ལ་
 ལ་སྤྲོད་བཅོས་ཅི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་པན་འབྲས་མ་བྱུང་ཞིང་། ཐབས་འདིས་བཅོས་
 བས་འཕྲལ་དུ་དག་པ་བྱུང་། གཞན་ཉེན་རྟོག་པ་དག་གིས་ཆོམ་རྒྱན་ཅད་གཅོད་གྱི་
 ཆེད་དུ་འང་སྤྱད་དེ། ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཕྱན་མཉམ་འབྲེལ་བརྟག་དབྱུང་ཅུས་གྱིས་ཐབས་
 འདིས་ཉེས་དོན་བརྒྱ་ཕྱག་ལ་ཉེ་བ་ཙམ་ཅད་ཆོད་བྱུང་། དེ་ཡང་ཆོམ་རྒྱན་པས་
 བཅོམ་པ་རྒྱམས་དངངས་སྤྲོད་གིས་གཟེར་ཏེ་ཆོམ་རྒྱན་པའི་བྱེད་དབྱིབས་སོགས་
 དྲན་མ་རུས་ཆོ། གཉིད་འབེབས་བྱས་པས་ཇི་བཞིན་དུ་དྲན་པ་ཡིན་ནོ། །
 ཐབས་འདི་ནི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་ནི། འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་དུས་རབས་བརྒྱ་བརྒྱད་
 པར་རྒྱ་རན་སེའི་མི། མེ་སུ་མེ་ཨེར་ཞེས་པས་ཐབས་འདིས་ནད་བཅོས་བྱས་ནས་



ཞེས་པ། ཐེ་མཐོག་གསེང་གི་སྒྲོབ་ཀྱི་ཆེན་མོ་ནས་མཐར་ཐྱིན་ནས། ཨ་མིང་མོང་ལྟེ་
 ཐན་ན་ཞི་གསེང་གི་སྒྲོབ་ཀྱི་ཆེན་མོ་ནས་ཟབ་སྦྱང་བྱས། ཐོག་མར་ཆེ་སྒྲིལ་
 གཏན་ནས་ཡིད་མི་ཆེས་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཟེར། དེ་རྗེས་ཨ་མིང་ནས་གཉིད་འབེབས་
 བཅོས་ཐབས་ཀྱིས་ནད་བཅོས་བྱེད་སྐབས་མི་མང་པོས་སྟོན་གནས་དྲན་པ་མཛོན་
 ལུ་ལྟ་མཐོང་བས་ཆེ་སྒྲིལ་ཡིད་མི་ཆེས་ཀ་མེད་བྱུང་ལྟེ། སྟོན་གནས་དྲན་པ་ཡོད་
 རྒྱུ་ཀྱི་དེབ་ཀྱང་བརྩམས་འདུག ཁོ་ན་རེ། དེད་ཀྱིས་ཨ་མིང་ནས་སྟོན་བཅོས་བྱེད་
 སྐབས། རྒྱན་དྲུང་དང་ས་སྐྱ་གསུམ་པའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པའི་ལུད་མེད་ཅིག་ནད་
 སྟོན་དྲུབ་ལྟེ། མོ་མཁའ་འགྲུལ་བཟོ་ཆོང་ཁང་གི་ས་ངོས་ཀྱི་མཁོ་སྐྱབ་བྱ་བ་བྱེད་
 མཁན་ཞིག་རེད། ཐེངས་ཅིག་ཁྱོད་ཀ་དང་མཉམ་དུ་མཆོན་མོ་གནམ་གྱུར་ལྷགས་ཏེ་
 སྒྲོང་ས་རྒྱ་སྒོ་གསེང་དུ་ཐྱིན་ཆོ། གནམ་གྱུའི་ནད་གི་སྒོག་སྒོན་ནམས་ཀྱི་འོད་ཡལ་
 པའི་འོག་ཏུ་དེའི་ནད་དོག་ཅིང་སྟོ་དོང་ངེར་འདུག་པ་དེ་མཐོང་བའི་རྒྱུན་ཀྱིས་
 དངངས་སྐྱ་གི་ནད་དེ་བྱུང་བ་ལས་དེའི་སྒྲོ་རོལ་ན་དེ་འདྲའི་ནད་ལེ་མི་འདུག དེ་
 བས་བཟུང་ཁང་བ་དོག་ཅིང་ཐུན་པ་འཐིབས་པ་ནམས་ཀྱི་ནད་དྲུའ་གྲོ་མི་མོད་ཅིང་།
 གནམ་གྱུར་ཡང་སྟོད་མི་མོད་དོ། །དེར་གཉིད་འབེབས་བྱས་པས། ལོ་སྟོང་ལྷག་
 འགའི་སྟོན་ཞིག་ལ་མོ་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གི་བཙུན་མོར་གྱུར། རྒྱལ་པོ་གི་པའི་རོ་དང་
 མཉམ་དུ་གསོན་གསོན་དུ་ཆོན་སྟོན་པོ་ཅན་གྱི་ས་འོག་གི་ཁང་རྒྱང་ཞིག་ཏུ་བཙུག་
 བས་གི་པའི་སྐབས་དེ་མཐོང་། སེམས་ནད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དེ་རྟོག་པ་ནས་བཟུང་
 མོའི་ནད་ཀྱང་རིམ་བཞིན་དག་སོང་ངོ། །དེ་རྗེས་ཡང་ལུད་མེད་ནད་པ་ཞིག་བྱུང་ལྟེ།
 མོ་ལ་མཆོན་མོ་གཉིད་མི་ལྷག་པའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པར་མ་ཟད་རྒྱན་དྲུ་རྒྱ་མཆོན་ཅི་
 ཡང་མེད་པར་རྒྱལ་དང་དངས་སྐྱ་ག་འོང་གིན་འདུག དེར་གཉིད་འབེབས་བྱས་པ་ན།
 རྒྱེ་བ་སྒྲ་མ་ཞིག་ཏུ་མོ་རང་གི་ཁྱོ་གས་མོའི་ལག་པ་གཉིས་ཐག་པས་བཅིངས་ནས་དོ་

ཆེན་པོ་ཞིག་དང་སྤྱི་ལ་ཏེ་ཆུ་གཏིང་དུ་བོར་བས་མོ་རྩུས་བརྒྱུད་ནས་དཔུགས་
 འཛུགས་པའི་སྤྱི་བཟ་ལ་ཕྱིར་ཞིང་ཆུ་གཏིང་ན་ཁ་གནམ་ལ་འཁོར་ནས་འཕག་
 འཛག་བྱེད་པ་དང་། ཅུང་ཞིག་ནས་ནམ་གཤམ་བར་སྤང་དུ་ཐོན་ཏེ་མར་བལྟས་པས་
 རང་གི་རོ་རྩའི་གཏིང་ན་འདུག་པ་མཐོང་བ་བཅས་དུན་པས། དེ་རྗེས་རིམ་བཞིན་
 ནད་དེ་རེ་རྒྱུད་དུ་སོང་ངོ་། །ཡང་ལུང་མེད་གཞན་ཞིག་བྱུང་སྟེ། མོ་རྩུ་མཚན་གང་
 ཡང་མེད་པར་རྩུན་དུ་ཁྱོ་བོ་ལ་ཞེ་སྤང་སྟེ། ནམ་འབྲད་པའི་ཆོ་ན་འཛིང་ཅོད་
 འབའ་ཞིག་བྱེད། ཁྱིམ་འཐོར་ལ་ཏེ་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་སྤྱན་སྤྱོད་ཆོགས་བཏུང་ཡང་ཕན་
 པ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། དེ་ནས་གཉིད་འབེབས་བྱས་ཏེ། ཁྱོ་བོར་ཞེ་སྤང་སྟེ་བའི་རྩུ་
 མཚན་བྲིས་པ་ན། སྤྱོན་གྱི་སྟེ་བ་ཞིག་ལ། ང་ལྟ་བུ་ལོན་པའི་བྲིས་པ་ཞིག་ཡིན།
 དེའི་ཆོད་ལྟའི་ཁྱོ་བོ་འདི་ལྟ་བུ་ལོན་པའི་ངའི་ཕུ་བོ་ཡིན། ཅུང་མོ་ཅེ་བའི་སྤྱབས་
 གིག་ན་ཕུ་བོས་ང་རྩུ་ནང་དུ་འཕངས་ནས་གི་བའི་རྩུ་མཚན་གྱིས་རེད་ཅེས་ཟེར།
 འདི་ནམས་གྱིས་རང་སྟོབས་གྱིས་སྟེ་བ་སྤྱོད་མའི་ལོ་རྩུས་བཤད་པ་ཁོན་ལས། སྟེ་བ་
 སྤྱོད་པར་གྱིས་ཞེས་བརྟུན་གཏན་ནས་མ་བྱས། དོན་འདི་ནམས་རང་གིས་མཛོན་
 སུམ་དུ་མཐོང་བ་མ་གཏོགས། གཞན་གྱིས་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། གིན་དུ་ཡིད་ཆེས་
 དཀའ་བའི་གནས་གིག་རེད་ཅེས་ཟེར་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ཨ་རིའི་གསོ་རིག་རབ་
 འབྱུངས་པ་པོ་ལེན་ཨེན་ལེ་ཡི་Brian L. Weiss།ཞེས་པས་གཉིད་འབེབས་གྱི་
 ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་མང་པོ་ལ་བརྟག་དབྱུང་བྱས་རྗེས་ཆོ་སྤྱོད་ལ་གཏིང་ནས་
 ཡིད་ཆེས་ཏེ་དེ་བ་ཀྱང་འགྲེལ་ཞིག་བྲིས་འདུག ཁོས་ཤུམ་ཞེས་པའི་ལུང་མེད་ཅིག་
 གི་ལོ་རྩུས་བྲིས་པ་འདི་ལྟར། ཤུམ་ཞེས་པ་རིམ་བྱེད་ཆོང་གཉེར་མཁན་ཞིག་སྟེ་
 ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་བཞི་རེད། མོ་ལ་ཡུན་རིང་གི་བད་ཀན་སྤྱི་བཟ་པའི་ནད་གྱིས་ཐེབས་



འདུག དེར་གཉིད་འབེབས་བྱས་པས་མོ་ཆོ་རབས་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་ཁྱེའུ་ལོ་བརྩ་
གསུམ་པ་སྒྲ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་འདུག སྐབས་དེར་གྲོང་ནང་དུ་གོ་ཁབ་བྱོན་པའི་ཏྲ་
དམག་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་ལས་གཅིག་གིས་ཁྱེའུ་དེའི་ལྷོ་བར་གྱི་བརྩུགས་ཏེ་
བསད་དོ། །ཡང་དེ་རྗེས་ལལ་ཆེར་དུས་རབས་བརྩུ་དགུ་པའི་ནང་ཞིག་ཏུ། མོ་དབྱིན་
ཇིའི་ལོན་ཏོན་གྱི་སྒྲན་ཁང་ཞིག་གི་ནང་སྒྲན་གཡོག་ཡིན། ཉིན་ཞིག་མོས་ནད་ཁང་
དག་ལ་བརྟག་དབྱད་བྱེད་སྐབས་དམག་མི་ཞིག་སྒྲན་ཁང་དུ་བརྟུག་སྟེ་མོའི་བྱང་
དང་མོ་བར་མེ་མདའ་བརྒྱབ་སྟེ་བསད་པ་དག་གསལ་པོར་དྲན། དེ་རྗེས་བད་ཀན་
སྒྲག་པོའི་ནད་དེ་རྗེ་ཡང་དུ་སོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་ཏུ་ན་ཞེས་པའི་བྱད་མེད་ཅིག་གི་མིད་པ་ན་སྟེ། རྒྱན་དུ་སྒྲང་ཡོད་སྒྲང་འཆར།
མིད་པ་འགགས་པ་དང་ཆོད་པ་རྒྱས་པ་དང་སྒྲད་འཛེར་བ་བཅས་བྱུང་སྟེ་ཏྲ་ག་ཏུ་མི་
བདེ་བས། མེ་མི་ལ་ནད་ལྷོན་དུ་སོང་སྟེ། གཉིད་འབེབས་བྱས་པས། མོ་དབྱི་ཐ་
ལིའི་རིག་ཅུལ་བསྐྱར་དར་གྱི་སྐབས་སུ་སྒྲོས་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་ཆོ་ཁོས་གལ་ཆེའི་
གསང་བ་ཞིག་ཤེས་ཡོད་པ་དེ་གཞན་གྱིས་ཤེས་སུ་དོགས་ནས་འགའ་ཞིག་གིས་
དེའི་མིད་པར་གྱི་བརྒྱན་ནས་བསད་པ་དྲན། དེ་རྗེས་མགྱིན་པའི་ནད་ཀྱང་དྲག་པར་
གྱུར་ཏོ། །

ཡང་སྒྲན་ཁང་དུ་སྒྲན་གཡོག་གི་བྱ་བ་སྒྲུབ་མཁན་ཨན་ནེའུ་ཞེས་པའི་བྱད་མེད་ལ་
དཔགས་འབྱིན་རྩལ་དཀའ་བའི་ནད་བྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་མོའི་ནད་དེ་སྐར་མེད་ཀྱང་གྲོ་
བྱར་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྟེ། མོ་དང་ཁྱོ་བོ་གཉིས་ལྷ་རེན་སེ་རྒྱལ་ས་པ་རི་སི་ལ་སྤོངས་རྒྱ་
སྒོ་གསེང་དུ་ཕྱིན་ནས་དེར་འབྱོར་བ་ན་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སེམས་ལ་
དངངས་འཛུབ་ཞིག་སྒྲེས། གནའ་ལུལ་ནམས་ལ་ལྟད་མོ་བལྟས་པ་ན་སེམས་ཀྱི་
དངངས་འཛུབ་དེ་རྗེ་ཆེར་གྱུར། ཉེ་འདབས་ཀྱི་གནའ་བོའི་སྤང་ལམ་དེ་ལ་རྒྱས་

མངའ་ཤིན་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཤར་དེ། གང་དུ་ལམ་གྱིས་ཡོད་པ་དང་གང་
དུ་སྤང་བར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་སོ། །ལམ་སྤང་གི་མཆུག་རྒྱ་མདུན་ཐང་རྒྱང་ཅ་
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་སྒོ་བྱར་དུ་མཐོང་བ་ན། སྤང་མཐོང་མྱོང་བའི་ཉམས་ཤིག་བྱུང་ཞིང་།
ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའི་སྒོན་དུ་མདུན་ཐང་དེར་མོ་རང་ཀ་བ་ཞིག་ལ་བཅིངས་ནས་
གསོན་སྟེག་བྱེད་མྱོང་བའི་སྤང་བ་དག་བྱུང་ངོ་། །ཨན་ནེ་ལུ་མྱིར་པ་ཡུལ་དུ་ལོག་
རྗེས་སྒྲེབ་ལྷ་མྱེད་ཤེས་མྱིར་མེ་ཏི་བཅའ་ཏེ་གཉིད་འབེབས་བྱེད་དུ་བརྟུག་པས་མེད་
རེག་པ་ཏ་ཅང་ཆ་ཞིང་ཆོག་དྲི་ཆོར་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་བ་ནག་སྟོག་སྟོག་
འཕྱར་ཏེ། མཐར་མོ་དུ་བས་བརྒྱངས་ནས་ཤི་བ་དྲན་ནོ། །

ཡང་ཅུས་ཁེ་ཞེས་པའི་སྒྲེས་པ་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལོན་པ་དངོས་རྒྱས་སྒྲེལ་འདྲེན་བྱེད་པའི་
གནམ་གྲུའི་ཁ་ལོ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་རྒྱ་མཆོན་མི་ཤེས་པའི་དངངས་སྒྲག་གི་ནད་
ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ། ཁོང་ཉིན་རེ་བཞིན་སྤྱོད་གནམ་གྲུའི་མགོ་ནད་དུ་ཞུགས་ཏེ་འཕྱར་
བྲལ་བྱེད་ཆོད་ཀྱི་རྒྱ་གནམ་གྲུའི་གཤོག་པ་གཡས་པ་དེར་མིག་གིས་ཡང་ཡང་བལྟ།
གཤོག་གཡས་ཡོད་པ་མངོན་སྲུང་དུ་མཐོང་ཆོ། ད་གདོད་བག་ལེབས་བར་འགྱུར།
ཁོང་དངོས་རྒྱས་སྒྲེལ་འདྲེན་གྱི་གནམ་གྲུའི་ཁ་ལོ་པ་མ་བྱས་པའི་སྤྱོད་ལ་དུ་གནམ་
དམག་གི་འཕྱར་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ལ། ཁ་ལོ་སྒྱུར་བ་ལ་ཤིན་རྒྱ་བྱུང་རྒྱབ་པས་སྒྱོན་རྒྱུང་
ཟད་ཀྱང་བྱུང་མ་མྱོང་། འོན་ཀྱང་། ཁོས་གཤོག་པ་གཡས་པ་དེ་ཆད་ནས་མར་ལྷུང་
ཨེ་འགོ་སྒྲུམ་པའི་སྒོ་མི་བདེ་བ་ཞིག་རྟག་དུ་འབྱུང་། གཞན་ཡང་རྒྱ་ལྷུང་རྒྱ་མཆོན་
མེད་པའི་ཞེ་སྤང་སྒྲེས། དེ་ལ་གཉིད་འབེབས་བྱས་པས་འཛམ་གླིང་གཡུལ་ཆེན་
གཉིས་པའི་སྒྲེབས་སུ་ཁོང་རང་འཇར་མན་གྱི་གནམ་དམག་འཕྱར་བསྐྱོད་པ་ཡིན།
གཡུལ་འགྱུད་ཆོ་ཁོའི་གནམ་གྲུའི་གཤོག་པ་གཡས་པ་ལ་གྲོགས་དམག་གི་མདང་



ལོག་སྟེ། གཤོག་གཡས་བཅད་དེ་གནམ་གྲུ་ས་ཐོག་ཏུ་ལྷུང་སྟེ་ཁོང་གི་བར་གྱིས།
 གྲོགས་དམག་ལ་ཞེ་སྤང་སྟེ་བཞིན་ཏུ་གི་བས་ཆོ་འདྲི་དངངས་སྒྲག་དང་ཞེ་སྤང་
 གཉིས་ཀ་དེ་ལྷ་རྒྱུད་བ་ཤེས་ཤིང་དེའི་དབང་གིས་ནད་ཀྱང་དྲག་པར་གྱུར་ཏེ། །
 ལྷར་བཤད་པའི་ཐུང་མེད་ཏུ་ན་ཞེས་པར་མ་གྲིན་པའི་ནད་གྱིས་ཐེབས་ཤིང་། ལྷ་
 རྩའི་དུས་སྤྱ་ལ་མ་གཉིས་ཀས་མནར་གཅོད་གཏོང་བ་ཞིག་ཡིན། དེར་གཉིད་
 འབེབས་བྱས་པས། ཞི་བདེ་བྱ་མཆོ་ཆེན་པའི་གྲིང་ཐུན་ཞིག་ཏུ་སྟེས་པའི་སྐབས་དེ་
 དན་པར་གྱུར། གྲིང་ཐུན་དེ་ལལ་ཆེར་པོ་ལི་ཉི་ཡའམ་གྱ་ཐེ་ཡ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པ་
 འདྲ་ཟེར། མོ་སྐབས་དེར་ལྷ་འབེབས་མཁན་སུ་མོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ལྷ་མ་དག་གི་བྱ་བ་
 བློ་མེ་བསྐྱུང་བ་དེ་ཡིན། ཉན་ཞིག་གོང་མི་དག་གི་ཕྱོ་འབྲུབ་པ་ལ་གཡེངས་པས་མེ་
 འབར་ཏེ། གོང་ཐམས་ཅད་བརྒྱགས། མེས་ཆོག་སྟེ་གི་བརྒྱམས་གྱི་ནད་ཏུ་ཐུང་མེད་
 གཅིག་འདུག་པ་དེ་ད་ལྷ་མནར་གཅོད་གཏོང་མཁན་གྱི་མོ་རང་གི་མ་དེ་རེད། ཅེས་
 ཟེར་རོ། །ཡང་སྟེ་ཁྱི་གྱི་རྟེ་ཞན་ན་ཞེས་པ་ལ་སུ་མོ་ཞིག་བཅས་ཏེ། བར་ཏུ་བྱངས་
 ཅམ་ནས་དེ་ལ་མི་དགའ་བའི་སེམས་གིག་སྟེས། ཆེར་སྟེས་པ་ན་སུ་མོ་དང་མ་
 གཉིས་པོ་མེ་ཆུ་སྟོད་གཅིག་ཏུ་བཞག་པ་བཞིན་མི་མཐུན་ནས་བྱ་བ་ཆུང་ཅད་ག་གི་
 ཆེད་ཏུ་འད་རྒྱན་ཏུ་འཐབ་པར་བྱེད་དེ་ཐེ་ཉི་ལྷུང་ཏུ་ནད་སྟོན་ཏུ་འོངས་པ་ལ་གཉིད་
 འབེབས་ཐེངས་གཉིས་བྱས་པས། རྗེས་མའི་སྐབས་སྤྱ་སུ་མོ་དང་མ་གཉིས་སྟེ་བ་
 ལྷ་མ་ཞིག་གི་ཆོན། སྟེས་པ་ཞིག་གི་ཆེད་ཏུ་མིག་སེར་གྱིས་ལན་ཚུན་དྲག་པར་གྱུར།
 སྟེས་པ་དེ་ནི་ད་ལྷ་རྟེ་ཞན་ནའི་ཁྱོ་བོ་སུ་མོའི་ལ་དེ་ཉིད་ཡིན་པ་གསལ་བར་དྲན།
 འོན་ཀྱང་། རྟེ་ཞན་ནས་གཏམ་དེ་འཆད་པར་ངོ་མ་ཐོགས་ནས་སུ་མོ་ལ་ཡེ་མ་བཤད།
 སུ་མོ་རང་ཉིད་ཀྱང་གཞན་ཞིག་ཏུ་སོང་སྟེ་གཉིད་འབེབས་བྱས་པས། ཐ་ན་ཞིབ་ཆ་
 ཚུན་ཆད་ཀྱང་རྟེ་ཞན་ནས་དྲན་པ་དེ་དང་གཅིག་པ་ཁོ་ནར་བྱུང་ངོ། །ཁྱིས་ལོ་རྒྱུས་

དེ་ལྟར་མོ་ལ་བཤད་པས་མ་དང་ལུ་མོ་གཉིས་ཀྱི་མཛེལ་གཙུགས་རེ་བཟང་དུ་སོང་
ངོ། །

དེ་ལྟར་གཉིད་འབེབས་ཀྱིས་སྤྱིད་པ་ཕྱིར་སྒྲོག་བྱས་ཆོ་སྒྲེ་བ་ལྷ་མོ་དེ་མི་རིགས་གང་
ཡིན་ཡང་རུང་པ་ལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གིས་ད་ལྟའི་སྐད་ཀྱིས་ལན་འདེབས་བར་བྱེད། ཉུང་
ཤོས་ཤིག་གིས་སྒྲེ་བ་དེའི་མི་རིགས་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྐད་སྒྲུ། གཉིད་དེ་ལས་སང་
པའི་རྗེས་སུ་སྐད་དེ་དག་ཀྱང་གཏན་ནས་མི་ཤེས་སོ། །དེ་ཡང་དཔེར་ན། ཨ་རིའི་
ཆེ་ཁྲི་བྱི་སྒྲན་པ་K.E.ཞིག་གིས་༡༩༥༥ལོར་རང་གི་ཆུང་མ་T.E.ལ་གཉིད་.....
འབེབས་བྱས་ཏེ་སྒྲེ་བ་ལྷ་མོ་དྲན་པར་ཆོད་ལྟ་བུས། གཉིད་འབེབས་བྱས་ཆོ་ཆུང་
མས་སྒྲེས་པའི་སྐད་གདངས་ཀྱིས་དཔྱིན་ངའི་སྐད་ཉ་ཅང་མ་བྱང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྒྲུ་ཉ།
ཡོ་རོབ་བྱང་མའི་སྐད་གདངས་དང་འདྲ་སྒྲམ་བྱེད། ཁོའི་མིང་ལ་ཀྱན་ཅིན་ཅུས་ཁུ་ལེ་
ཞེས་བཅུ། མོ་སྐས་ཉ་ཅེ་ཞེས་པའི་གྲོང་ན་ཡོད་ཅེས་ཟེར། སྐབས་དེའི་ལོ་རྒྱུས་མང་
དུ་བཤད། མཐར་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་གཉིས་སྐབས་གསལ་འགྲེད་ཅིག་གི་དུས་ཡིན་པ་
འདྲ་ཉ། ཆུ་ནང་ནས་མགོ་བོ་ལྷ་ས་ཏེ་གི་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། སྒྲན་པས་ཐངས་བརྒྱད་
གཉིད་འབེབས་ཀྱིས་ཀྱན་ཅིན་གྱི་སྒྲེ་བ་དེ་དྲན་དུ་བརྒྱག་ དེ་ལས་ཐངས་འགའ་ཞིག་
ཏུ་ཡོ་རོབ་བྱང་མའི་སྐད་ལ་བྱང་བའི་མི་དག་བོས་ཏེ་རང་གི་ཆུང་མས་ཅི་ཟེར་མཉན་
དུ་བརྒྱག་ ཆེ་ཁྲི་བྱི་སུའོ་ཏེ་ན་Swedenཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དངོས་མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་
གི་མགོ་གཙོ་སྟོན་མ་རབ་འབྲམས་པ་ཏེ་ལུན་N.G.Sanlinཡང་མཉན་མཁན་
དག་གི་ཁོད་ན་ཡོད། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐད་དེ་སུའོ་ཏེ་ན་གི་གནའ་སྐད་དུ་ངོས་
འཛིན་བྱས། ཏེ་ལུན་གྱིས་སུའོ་ཏེ་ན་དངོས་མང་བཤམས་སྟོན་ཁང་ནས་གནའ་རྗེས་
དང་རི་མོ་འགའ་གཡར་ཏེ། ལུང་མེད་དེ་ཀྱན་ཅིན་དུ་ལྷུར་རྗེས་ངོས་འཛིན་བྱེད་དུ་

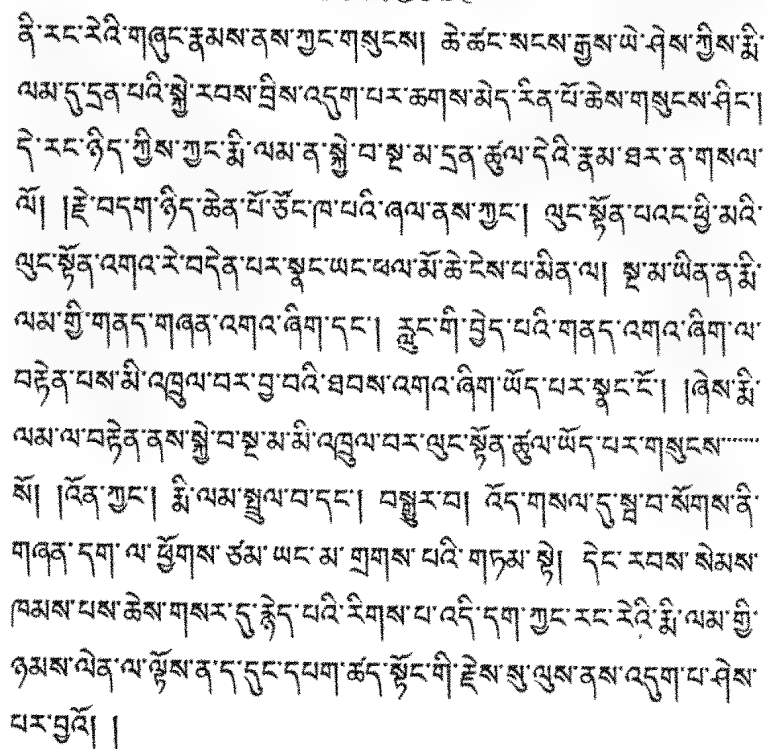


བཅུག་རྗེས་ཏ་ལུན་ན་རེ། གུན་ཅིན་ལ་དང་རབས་སུའི་ཏེན་གྱི་དངོས་རྗེས་ལ་ཆ་
 རྒྱས་ཡེ་མི་འདུག་འོན་ཀྱང་། ཏུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་སྐོར་གྱི་དངོས་རྗེས་
 རྣམས་ནི་འབྲུལ་དུ་ངོ་གཤམ་པར་མངོན། ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་རྗེས་ཡང་གཉིད་འབེབས་
 སྐབས་སུ་པར་དུ་བྱུངས་པའི་སྒྲ་བསྒྱར་པར་བྱས་ཏེ། སུའི་ཏེན་གྱི་སྐད་རིགས་ལ་
 མཁས་པའི་མི་བཅུ་ལ་མཉན་དུ་བཅུག་པས་ཁོང་ཚོ་ན་རེ། གུན་ཅིན་ཞེས་པ་འདི་
 ཏུས་རབས་བཅུ་བདུན་པར་སུའི་ཏེན་གྱི་ལྷོ་ལྷུང་ས་ཁུལ་ནོར་མེའི་NoraWay
 མཐའ་མཚམས་དང་ཉེ་བའི་ཞིང་པ་ཞིག་རེད་འདུག་ཟེར་རོ། །དེ་རྗེས་ཅི་ཐུས་མེན་
 ཅིན་གྱིས་ལོ་དྲུག་ཙམ་ལ་སྒྲན་པའི་རྒྱང་མ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཅད་གཅོད་བྱས་པས།
 མོ་ཡོ་རོབ་བྱང་མའི་སྐད་ལ་ཆ་རྒྱས་རྒྱུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག་ན། ཏུས་རབས་བཅུ་
 བདུན་པའི་ཞིང་པའི་སྐད་ལ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ལྷ་ཅི་སྒྲོས་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལོ་རྒྱུས་འདི་
 དག་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་ཞལ་ལྷན་གྱིས། དགེ་སྦྱོང་དག
 འདི་རི་སྐྱམ་དུ་སེམས། དེའི་ཆོ་དེའི་ཏུས་ཀྱི་ཁྱིམ་བདག་དེ་ནི་ད་ལྟ་འདི་ཡིན་ནོ། །
 ལྷན་མེད་དེ་ནི་ད་ལྟ་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱེད་དང་ཐུ་མོ་དེ་ནི་འདི་དང་འདི་
 དག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་བྱུང་འདུག་གོ། །འོ་ན།
 ཅིའི་ཕྱིར་གཉིད་འབེབས་ཀྱི་ཐབས་འདིས་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མ་དན་དུ་འཇུག་ལུས་པ་ཡིན་ཞེ་
 བ། ཁ་ཅིག་ན་རེ། སྟོན་ཉམས་སུ་སྦྱང་བའི་དོན་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྒྲུང་བའི་ནང་དུ་
 རྗེས་སུལ་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཟེར། དེ་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟ་
 བ་ཆོ་འདི་ཁོ་ན་ཙམ་ལས་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མ་རྣམས་དན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ཐོག་མ་
 མེད་པའི་ཏུས་ནས་ལས་གང་བྱས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་
 གཤམ་པ་འདིའི་སྤྱིང་དུ་བསགས་ཏེ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ན་ས་བོན་སྣ་ཚོགས་པའི་ཀུན་
 གཞི་ཞེས་བྱ། བག་ཆགས་དེ་དག་ད་ལྟ་སྟེན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་ཆོ་ན་སང་ནས་དྲན་

འོང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཐབས་འདི་ནི་རང་རེའི་མངོན་པའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་
 དན་པའི་མངོན་གེས་སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་རྒྱུ་གནས་ཡིད་བྱེད་དེ་དང་ཕྱོགས་མཆུངས་ཡིན་
 ཏེ། དེར་ཡང་འདོད་ཁམས་ཀྱི་སེམས་རགས་པ་དང་འབྲལ་དུ་བཅུག་སྟེ། བསམ་
 གཏན་དངོས་གཞིའི་སེམས་ནི་པ་དེའི་སྟེང་དུ་སོང་སྟེ། ཏེ་ལྷའི་སེམས་འདིའི་
 མཚམས་ནས་རིམ་པ་བཞིན་ཕྱིར་བཞྱོགས་ནས་ཡར་དེད་པས་མཐར་བཙའ་བའི་
 གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་དན་ཞིང་། ཏེ་དུང་ཡར་དེད་པས་བར་དོའི་གནས་སྐབས་
 ཀྱི་སེམས་དན་པ་སོགས་ཀྱིས་མངོན་གེས་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདིར་ཡང་སང་པའི་
 གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུ་རྟོག་རགས་པ་དེ་དག་ཅུང་ཟད་ཞི་བར་གྱུར་པའི་གཉིད་
 མ་སང་གྱི་གནས་སྐབས་དེའི་སྟེང་ནས་ཕྱིར་ཞྱོག་བྱས་པས་རིམ་བཞིན་དན་འོང་
 བའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་འདི་གཉིས་ཀྱི་རྟོན་ནི་གནས་ཡིན་མིན་དང་ཟབ་མི་ཟབ་
 དང་། དན་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་བརྟན་མི་བརྟན་སོགས་བཟང་ངན་གྱི་ཁྱད་པར་གིན་
 ཏུ་ཆེ་བར་མངོན་ནོ། །སྒྱིར་རྒྱུ་རྟོག་རགས་པ་འདིའི་ཐོག་ནས་ཐོག་ཆེན་ཐབས་ལ་
 མཁས་པ་རྒྱམས་ལས་གཞན་གྱིས་ཡོན་ཏན་འཕྱོང་དཀའ་ལ། རྒྱུ་རྟོག་རགས་པ་
 འདི་ཅི་རིགས་པ་བྲལ་ན་སེམས་ལ་ལྷན་སྒྲེས་སུ་འབྱུང་རུང་དུ་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཆེ་
 ཅུང་ལྷ་ཆོགས་གིག་མངོན་དུ་གྱུར་འོང་བ་ནི་སྒྲིབ་གཡོགས་དང་བྲལ་བས་སེམས་ཀྱི་
 ལྷས་པ་རྒྱམས་རེ་མངོན་དུ་སོང་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་རྒྱལ་འབྱོར་པ་དག་གིས་བསམ་
 གཏན་དང་གཉིད་འབྲུག་དང་མི་ལམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དག་ལ་ལྷག་པར་འབད་པའི་
 རྒྱ་མཚན་ཡང་དེ་རང་ཡིན་ནོ། །

མི་ལམ་ལ་བརྟན་ནས་སྒྲིབ་ལྷ་ཕྱི་དན་པ་དང་དན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་ཐབས་རྒྱམས་



- 62 -

བརྒྱུ་ཙམ་ན་ནས་དག་དེའི་དུས་སུ་རང་གི་རྩ་བོ་དོན་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་བྱ་བ། ཡོ་
 སུམ་ཙུ་ཙུ་གཉིས་ཡོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡ་ལུག་ཉིས་ཀྱང་གི་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་ཙམ་
 མོང་། དེའི་ཆོ་གཅིག་ལུར་ཐོད་དུས་རྩ་བོ་གི་པ་དན་པ་དང་སྟོ་བ་སྟེས་ནས། དེ་
 བཅས་གར་སྟེས་སྟེས་ནས། རོ་བོ་རྗེ་ནས་བརྒྱད་པའི་སྟེ་དན་གྱི་སྒྲུབ་པ་མི་ལམ་
 སྒྲུབ་པ་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཐོན་གོང་ནས་བསྟེན་པ་ཐེམས་ནས་ཡོད་པ་དེ་རུབ་རྩ་བོ་ལ་
 དམིགས་ནས་གར་སྟེས་བལྟས་པས། ཉི་ཤུ་གཉིས་ཀྱི་ཐོ་རངས་ཁར། གྲུམ་ལ་
 དགོན་པར་ཉལ་བའི་མི་ལམ་དུ་ཆུ་ཆེན་ལ་བཀལ་ནས་ཕྱིན་པས། ཁབ་ནག་གི་
 བགས་གསེབ་ཅིག་དུ་མི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་མང་པོ་འཛོགས་ནས་གོས་རུབ་རུབ་
 བྱེད་པའི་རྩར་ཕྱིན་པ་དང་། ཨ་མ་མོ་སྤར་བས་གཞོན་པར་བྱས་ནས་བྱུང་ལྟེ།
 རྟོགས་ལུན་དང་། རོ་རྗེ་མི་ཐར་དང་། ར་རང་དང་གསུམ་ཀ་འདུས་པ་ལ་འབོད་ནས།
 བྱེད་རང་གསུམ་ཀ་ཁབ་ནག་འདི་རུམ་བཟླད་པར་ཁབ་དཀར་དུ་ཕྱིན་པ་དག་དང་
 མཁྱོགས་པར་ཕྱི་དཀར་དུ་འགོ་དགོས་པ་ཡོད། ད་ཞག་ཅི་དཀར་དུ་རྒྱུན་མ་མང་པོ་
 བྱུང་ནས་ར་ལུག་དང་ཐེམས་ཅན་ཆེ་ཆུང་ཉི་ཤུ་ཙམ་རྒྱ་ཤོར་ཟེར། ཉི་ཟླ་བྱེད་དང་རོ་
 རོ་མི་ཐར་གཉིས་ཐོན་ལ་འདོང་། རྟོགས་ལུན་བྱེད་རང་རྟིང་ནས་གོག་བྱེད་གསུམ་
 ཁབ་ནག་དུ་ལུས་འདུག་པས། ཨ་མ་བསྐྱུ་བ་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན། ཨ་མ་ད་ཞག་རོ་རྗེ་
 རྒྱལ་མཚན་སྟག་པ་ལ། དག་ཡོད་དོགས་པས་བྱར་ལྟ་བར་ཕྱིན་པ་ཡིན། དེའི་ལུལ་
 དུ་བྱིམ་དུ་རྒྱུན་མ་ཡོད་གྱིས་དོགས་ད་ཨ་མ་ཐང་ཀར་རབ་འདི་འབོགས་ནས། ཅི་
 དཀར་དུ་ཐོན་ལ་རྒྱག་ནས་འགོ་རིང་ཡོད། བྱིམ་དུ་བོར་སྟོར་ཨེ་བྱུང་ལྟ་བ་དང་། ཨ་
 རྩ་ལུལ་དུ་བསྐྱུངས་ཡོད་པས། གོ་ཆོད་པར་ཨེ་སྤང་ལྟ་འགོ་རོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་སྟག་
 གོ་ཡང་གནས་ཁང་བཟང་པོ་དགོན་དགས་ནས་ད་རུང་མ་རྟེད་པར་འདུག་ཞིག་ཅན་



གྱི་ཁྱིམ་དུ་ནི་ངས་མ་བཏང་། བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་ཁྱིམ་གཙང་མ་གཅིག་མ་
 རྟེན་རིང་ལ་སྐྱགས་བྱས་ཡོད། ད་ལྟ་ཁྱིམ་གཉེས་དང་འཕྲད་པར་ཡོད། འཕྲད་བྱུང་
 བ་ལ་བ་ལ་བ་གྱིས། ཁོ་ཡང་སྐད་ངན་འགའ་རེ་བཤད་འདུག་ཟླ། ཨ་མས་སེམས་
 གསོ་བྱས་ཡོད། ད་ང་ཁྱིམ་དུ་འགྲོ་རིང་རྒྱན་མའང་ཨེ་བྱུང་ཆ་མེད། ཁྱིམ་ང་གཉེས་
 བོ་ཁོ་སྐྱག་པ་བྱུང་ན་ཁྱིམ་གྱི་ཤ་གཞོང་གི་རབ་བཀལ་ཅི་དཀར་དུ་ཤོག་ཅིག་ཟེར་
 བས། ཨ་མ་སྟོན་ལ་སློབ་ཆབ་གདོང་འདྲ་བ་གཅིག་ནས་རྒྱལ་པོ་བཀལ་སོང་།
 དེ་མ་ཐག་དུ་ཕྱི་དེ་རྒྱུར་ལ། རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཆན་གྱིས་གིང་ཁྱུར་ཆེན་པོ་གཅིག་ཁྱུར་
 བས་ཡུད་དེ་ཡུད་དེ་ལག་པས་འགྲམ་པ་བསྟོར་བས། སྟོ་སྟོ་འདྲ་བ་གཅིག་བྱས་བས།
 སྟུ་འདྲ་བ་སྟོ་གས་རིང་པོ་གཅིག་འཐེན་ཞིང་འོང་འདུག་དེ་ལ་རེད་གཉེས་བསྐྱགས་
 པའི་རྩར་བྱུང་བ་དང་། དེར་ངས་ཁྱོད་གར་ཕྱིན། ཁྱོད་གི་བཡིན་བསམ་ཅ་མ་གི་བ་
 སྟེབ་བྱུང་། ད་ཁྱིམ་དུ་ཡོག་འདོང་། ཆབ་དཀར་དུ་འགྲོ་བས་དགའ་བྱས་བས། ད་
 རུང་ཡིད་མ་ཆེས་བས། སྟིང་མི་དགའ་ཞིང་ཁོ་ལ་སྟིང་རྗེ་ཆད་མེད་པ་བྱུང་ཞིང་།
 རེས་པར་གསོན་པོ་འཕྲད་པ་ནི་ཨེ་ཡིན་བསམ་པ་དང་། ཁོས་ན་རེ། ང་མ་ཕྱིན་ས་
 ཆ་མེད། ང་ལ་རོགས་འབུམ་ཆོ་བརྩ་བ་དུན་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དོང་ཆེན་པོ་
 གཅིག་གི་མཐིལ་དུ་ཆ་གཉེས་པོ་སོང་། ཆ་གཅིག་གྲུལ་དུ་ཡོད་པ་དེ། ལ་ལ་ནི་ཆར་
 རྒྱང་ལ་ཞེད་ནས་ནགས་གསེབ་དུ་སོང་། ལ་ལ་ནི་ས་ཐུག་དང་གད་ཁུང་དུ་གཤམ་སོང་།
 ང་དང་གཞན་འགའ་ཁྱིམ་ལ་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་གྱི་དབང་ཁུམ་པའི་ཅི་དཀར་བ་གྲོང་
 པ་འགའ་ཞིག་འཛོམས་བྱུང་བ་རྣམས་ནི། ང་རང་གི་ཨ་མས་གོས་ཀྱི་སྟོར་བས་སེར་
 དག་དང་། ཆར་རྒྱང་དང་། རྒྱང་འཕྲུལ་བྱུང་ཡང་སྐྱག་པོ་མ་བྱུང་། དོང་མོ་ཆེའི་ནང་
 དུ་འང་མ་སོང་། ཨ་ཁུ་ཁམས་པ་ལུས་ཁོ་ནི། ཅི་དཀར་བས་ཆོས་ཁྱུར་རེ་ལ་བཏང་
 མ་ཉན་བས། དོང་མོ་ཆེར་བྲིད་སོང་། ད་ཅམ་གོགས་ལ་ཐུག་ཆོད་ཡོད། དེ་ནས་ཨ་

དོར་དང་ཉེས་བཅུན་གཉིས་དང་མཉམ་པོར་བྱུང་བས། ཨ་དོར་ནི་སྤྱི་མ་ཉི་ཐུག་དང་
རང་སྤྱི་བས་བྱུང་སྟེ། སྤྱི་ག་པོ་ཆེའི་ཁྱིམ་དུ་མ་འགོ་གི་བ་འོང་ཟེར་གྱིང་བཞེས་གཉེན་
མཁན་པོའི་ཁྱིམ་གཅིང་མ་མི་ཆེ་ལ་རྟེན་པར་ནི་མི་སྤྲང་། ད་ནི་གཉུག་ལུང་།
འདུག་ལུན་རིང་ན་དོར་མོ་ཆེའི་མཐེལ་དུ་འཐེན་ཉེན་སྤྲང་། དེ་སྟོན་ཁྱོད་དང་མཉམ་
པོར་ཐིམ་པས་ཕན་པ་ཡིན། ད་དང་རང་སྤྱི་ག་ཅན་ཡིན་ཡང་ཡིན། ཚུག་པ་སྤྲང་ཡང་
མི་གཅིག་གི་ཁྱིམ་དུ་གནས་ཁང་གཡོར་བས་དགའ་ཟེར་ནས་སོང་།

དུད་འགོ་ཡི་དུགས་དམུལ་བ་གསུམ་ལ་མ་སོང་། སྤྱི་ག་ཅན་གཅིག་གི་ཁྱིམ་དུ་ད་
ཙམ་སྤྱི་ག་ཆོད་ཡིན་ཟེར་ནས། ཡང་གཏམ་བཤད་འཕྲོ་ལ་སྒྲོ་གས་ལྟང་ལྟང་འཐེན་
ཞིང་འགོ་ཆས་བྱེད་འདུག་གོ།

ཁྱིམ་ཁྱིམ་བཞེས་གཉེན་མཁན་པོའི་ཁྱིམ། །དཀོན་དཀོན་ས་སྟེང་འདི་ན་དཀོན། །
ཚུག་ཚུག་སྤྱི་ག་ཅན་ཁྱིམ་རེ་ཚུག །ཅེས་སྒྲོ་གས་ལྟང་ལྟང་འཐེན་ཞིང་། ལག་པས་
འགམ་པ་བསྒྲུར་ནས། ཡང་གིང་ཁུར་དེ་ཁུར་ནས་ཡུད་དེ་ཡུད་དེ་འཕྲང་ལ་འགོ་
ཞིང་འདུག་གོ ཡང་ངས་བོས་ནས། ཁོ་རེ་སྟོད་དོ་བྱས་ནས་ཡང་དྲིས་པས། འོ་ན་ད་
ལོ་ཅི་དཀར་གི་བ་རྒྱམས་དང་འཕྲད་དམ། སུ་དང་འཕྲད། མཉམ་པོར་འགོ་རྒྱ་བྱུང་
ངམ། ད་ཁོང་ཆོ་གར་སོང་དྲིས་པས། ཡང་ཁོ་ན་རེ། ད་ལོ་ཅི་དཀར་བ་མང་བོ་དང་
འཕྲད་རྒྱ་བྱུང་སྟེ། ལ་ལ་ནི་ཡུད་ཙམ་ནས་བྲལ་སོང་། ལ་ལ་ནི་ཉིན་རེ་ཙམ་མཉམ་
པོར་བྱུང་། ཁྱིད་ལ་དབང་ཞུས་པའི་མི་བཞི་ལྟ་ཞིག་དང་ཞག་པོ་བཅུ་ཙམ་མཉམ་
པོར་བྱུང་། ཉེས་བཅུན་མ་ནི་རི་གཅིག་ལ་འཛེགས་སོང་། སྤྱིད་སྤྱིག་ནི་རི་འདྲ་བྱུང་
ཆ་མེད། གཞན་ཐམས་ཅད་གྱིང་སྒྲོ་བྱར་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་པར་གཅིག་ཟག་
གཉིས་ཟག་ལ་སོང་། ཡིན་ཡང་བར་དོའི་ཆོས་དང་དེའི་ནང་ནས་གྱིང་བར་དོ་བོས་



གྲོལ་འདི་གསོན་པོའི་དུས་སུ་ན་ཡིད་ལ་ཡོད་དགོས་པར་སྤང་། རེད་འགའ་ཡར་
 གཅིག་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་ན་པར་ཚར་བ་རྣམས་གནས་བཟང་ངན་འདམ་ཤེས། བར་
 དོའི་སྒྲོན་ལམ་རྣམས་གྲལ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་ནས་འཐེན་པས། མི་འབྱམ་ཚོ་མང་
 པོ་རྒྱ་ཉིད་གྱིས་བྱུང་། ཟེད་རྣམས་ཅི་ལ་འུ་བ་ཡིན་བྱས་པས། ཟེད་རྣམས་པ་དེ་རེ་
 དགལ། དེ་འདྲའི་སྒྲོན་ལམ་གཉན་པོ་ཤེས་པས་གནས་ཁང་འདམ་ཤེས། ཁ་
 འཆམས་ཤིང་མཉམ་པོར་འགྲོགས་སྐྱེ་འདུག་པས་ཟེད་རྣམས་ལ་སྒྲོན་པ་ཡིན། རེད་
 རྣམས་ནི་ཡི་མུག་སྒྲེས་ནས་འུ་བ་ཡིན། ཟེད་ཀྱི་ཚོས་དེ་རེད་ལ་ཤོད་ཟེར་བས། རེད་
 བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་མགོ་མཐུག་ཚང་ལ་ཁད་པ་ཅམ་མི་དེ་རྣམས་ལ་བཤད་རྒྱ་བྱུང་བས།
 མི་དེ་ཀུན་ན་རེ། ཟེད་ཀུན་ཚོས་ཉིད་བར་དོའི་དུས་སུ་འདྲེ་ལམ་ལེགས་པོ་དེ་འདྲ་བ་
 གཅིག་ལ་མི་འཕྲོ་བ། ད་རུང་འདི་ལ་བསྟད་པ་ཅི་ཡིན་ཟེར་ནས། ངས་ཚོས་ཉིད་
 བར་དོའི་སྐྱེ་འདྲ་ཟེར་གསུམ་ཟིལ་ཆེ་དྲགས་པས་བརྒྱལ་འཁོར་ལྷག་ཏུ་སོང་། འདྲ་
 ལམ་དང་གནས་ལུགས་ཀྱང་མི་སྤང་། ངས་གསོན་པོའི་དུས་སུ་བར་དོའི་ངོ་སྒྲོན་
 ལན་གཉིས་ཐོབ་པས་ཚོས་ཉིད་བར་དོ་ངོས་ཟིན་ལ་ཁད་ཁད་ལ་ཡང་ཡལ་ནས་
 འཕྲོ་འདུག་ལན་གསུམ་ཐོབ་ན་ངོས་ཟིན་འདུག་སྟེ། ལན་གཉིས་བསམ་ཐོབ་པས།
 ད་རུང་ངོས་མ་ཟིན་པ་ཡིན། ལར་ཡང་ད་རུང་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་ཁྱ་གཅིག་
 ཏུ་སྒྲིམ་ན་དགའ་བས། གནས་བཟང་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་
 དྲགས་པས་མ་རྟེན་ཟེར་ནས་ཡང་ལབ་པའི་འཕྲོ་ལ། བྱིམ་བྱིམ་བཤེས་གཉེན་
 ལཁན་པོའི་བྱིམ། དཀོན་དཀོན་ས་སྟེང་འདི་ན་དཀོན། ཚྭ་ཚྭ་གསལ་ཅན་བྱིམ་
 རེ་ཚྭ་ག །མང་མང་ངན་སོང་མང་ལ་སྒྲོ་མང་། སྒྲོ་སྒྲོ་བར་དོའི་འཕྱང་ལ་སྒྲོ། །ཞེས་
 ལྷང་ལྷང་འདོན་ཞིང་། ཡང་གིང་ཁུར་དེ་ཁུར་ནས་འཕྱང་དེ་ལ་ལུད་དེ་ལུད་དེ་འཕྲོ་
 ཞིང་སྤང་བ་དང་། ཡང་ངས་བརྒྱགས་ནས་པོས་ཏེ། བཟུང་ནས་དྲིས་པས། ཁོ་རེ་

ཁྱོད་དེ་འདྲ་རང་སྒྲིམ་མི་དགོས། ངས་ཁྱོད་ལ་སྤྲུག་པ་སྤྲུག་མི་བཅུག་པ་བྱེད། ཁྱོད་
 གྱིས་བར་དོའི་མི་ཐམས་ཅད་ལ་འཕྲིན་གྱིས། ཅི་དཀར་རྒྱས་ལ་དགོན་པ་ཟེར་བ་
 གཅིག་ན། དམ་པ་ཉི་ལྔ་འོད་ཟེར་ཟེར་བ་གཅིག་ཡོད་པ་དེས་ནང་གི་རིགས་ལ་བར་
 དོ་ཐོས་གྲོལ་དང་བཏགས་གྲོལ་འདོན་ཞིང་ཡོད་དོ། །ཉན་པ་ལ་ཨོ་འོང་འཕྲིན་གྱིས་
 ལ་ཁྱིད་ཤོག། ངས་ནངས་རེ་བཞིན་མ་ཆགས་པར་ཐོས་གྲོལ་དང་བཏགས་གྲོལ་
 འདོན། བརྒྱ་ཅུ་དང་ཆུག་ཏྱར་བར་དོ་ཆུ་སྒྲིན་དང་། བསྐྱོ་བ་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་ཅིང་
 ཡོད་བྱས་པས། ཁོ་ན་རེ། དེད་རང་ཅི་དཀར་བའི་མི་ཡལ་ཆེར་ནི་གནས་ཁང་བཟང་
 བོ་རེ་རྟེན་ཆོད་ཡོད། ཞག་འགའ་ནས་གྱིས་སོང་། མངལ་སྒོ་བདམ་གེས་པས་མི་
 ལུས་རེ་ཐོབ་ཆོད་ཡོད། བར་དོའི་མི་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཁྱོད་ཅི་དཀར་བའི་མི་རྒྱམས་
 རེ་དགའ་བ་ལ། བར་དོའི་ལམ་ལ་འགོ་ལྷགས་གྱིས་ཆོས་བཤད་མཁན་གཅིག་ཡོད་
 བར་འདུག་གོ། མངལ་སྒོ་བདམ་གེས་པར་སྤྲང་། རེ་དགའ་ཟེར་ནས་སྒྲོན་པ་བྱེད་
 སྤྲང་། ངས་ཅི་དཀར་བའི་མི་མང་དུ་ཡོད་པ་དེ་རྒྱམས་ཁ་ཁ་ནས་གནས་ཁང་མ་རྟེན་
 གྱི་བར་དུ་འགོ་མགོན་བྱས་གིང་ག་ཕྱེད་དུ་བར་དོ་སྒྲོན་ལམ་འཛིགས་སྒྲོབ་མ་དང་།
 འཕྲང་སྒྲོལ་དང་། མར་མེའི་སྒྲོན་ལམ་བཏབ། ཁྱོད་གྱིས་ནངས་པར་བར་དོའི་སྒྲོན་
 ལམ་བཏབ་པ་ཆོར་བས་དགའ་ཆོར་ཆོད་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། ང་རང་གི་མི་ལུས་གཅིག་
 ལེན་པ་ལ་དགའ་བས་ད་རུང་འདྲིར་འཇུགས་པ་ཡིན། དེད་རྒྱམས་གྱིས་སྒྲོན་ལམ་
 དི་རི་རི་བཏབ་པ་དང་། དེའི་ཡན་ཡོན་བར་དོའི་སེམས་ཅན་རྒྱམས་ཉུང་བྱམ་བྱམ་
 འགོ་འདུག། མངལ་སྒོ་བཟང་བོ་རེ་རྟེན་པ་འདྲ། བར་དོའི་སྒྲོབས་སུ་མི་རིགས་མི་
 འདྲ་བ་འབྱམ་ཆོད་དུང་ཕྱར་ཅམ་འཆོགས་ཀྱང་། དེ་རྒྱམས་གྱི་ནང་ནས། ང་དང་བོད་
 གྱི་སྤྲུགས་པ་གསུམ་དབང་ཆེར་བྱུང་། ཁོང་གསུམ་ནི་སྤྲུགས་གྱི་དུས་ནི་ཁྱོད་ཐོས་



གོལ་ཡི་དམ་ཡུན་རིང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཟེར། གསང་སྐགས་གྱི་དབང་མང་པོ་ཐོབ་
 པའི་ཐན་ཡོན་རེད་བསམ་པ་བྱུང་། གནས་ཁང་གཙང་མ་ནི་བར་དོའི་སྐབས་ན་
 དཔེར་ན་མི་ཡུལ་དུ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གླིང་དེ་སྒོན་པས་ཀྱང་ས་སྤེང་ན་མི་རྟོན་པ་
 ཅམ་དུ་དཀོན་པར་འདུག གནས་ཁང་མི་གཙང་བ་ནི་གྲོག་ཆང་ཁ་བྱས་པ་བཞིན་
 མོད་པར་སྤང་། ངས་ནི་ད་རུང་གནས་ཁང་མ་རྟོན། ང་ལ་རོགས་འབུམ་ཆོ་བདུན་
 ཡོད་པ་རྒྱ་བ་གཅིག་ནས་གྱུས་སོང་། གོང་གི་མི་ལྟ་བུ་གྲོས་བྱེད་པ་ཡོད་པ་དེ་
 ལུས་པ་ཡིན། དེ་ཀྱང་ཞག་གསུམ་ལ་གནས་ཁང་རེ་རྟོན་ནས་གྱུས་འགོ་བར་སྤང་།
 ཡང་རྒྱ་བ་རེ་ལ། ང་གིས་མི་གསེད་པ་འབུམ་ཆོ་བ་ལ་དུང་ལྷུང་ཅམ་བཞོད་ལས་
 འདས་པ་འདུན་འདང་། རྒྱ་བ་རེ་ལ་མི་སྡེ་མ་རྣམས་གྱུས། བྱི་རྣམས་འཆོགས་.....
 འདུག ཅི་དཀར་བའི་མི་རྣམས་ང་མིན་པ། གཞན་ཐམས་ཅད་འགོ་ས་རེ་རྟོན་ནས་
 གྱུས་སོང་། ང་ལ་ཨ་མས་ཐིག་ཅན་གྱི་བྱིས་ལ་མ་འགོ་གི་བའོང་། བཤེས་གཉེན་
 མཁན་པོའི་བྱིས་གཙང་མ་གཅིག་མ་རྟོན་རིང་ལ་སྐྱུགས་ཟེར། ངས་ཨ་མ་ཁྱེད་
 བསམ་སྒྲོ་མི་གཏོང་བར་གནས་ཁང་གཙང་མ་སྐྱུག་རིང་ལ་དོང་མོ་ཆེའི་མཐིལ་དུ་
 འཐེན་ན་གང་ཅུག་བྱེད། ཞག་རེ་ལ་མི་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་བྲིད་ནས་དོང་མོ་ཆེར་
 འགོ་བར་སྤང་། ང་ཡང་བྲིད་བྱེད་བྱུང་ན་ཅི་ཅུག་བྱེད་བྱས་པས། ཨ་མས་གནས་
 ཁང་གཙང་མ་མ་རྟོན་རིང་ལ་དོང་མོ་ཆེའི་མཐིལ་དུ་མི་གཏོང་བའི་རོགས་བྱེད་ཟེར།
 ཉི་རྒྱུས་ཀྱང་སྒོན་ལམ་བཟང་ཡོད་ཁྱེད་རང་ཨུ་ཅི། ད་རུང་གཞུག་མ་བུད་ཟེར་བྱུང་
 ཟླ། དེ་ནི་གཞུག་བུད་པ་ལ་ཟེར་ནས། ཡང་འཛིགས་འཛིགས་དོང་མོ་ཆེ་རེ་འཛིགས། །
 སྒྲོ་སྒྲོ་བར་དོའི་འཕྲང་རེ་སྒྲོ། །ཕྱི་ཕྱི་གིང་ཁུར་འདི་རེ་ཕྱི། །བུད་བུད་བར་དོར་
 གཞུག་རེ་བུད། །བྱིས་བྱིས་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་བྱིས། །
 དཀོན་དཀོན་ས་སྤེང་འདི་ན་དཀོན། །ཅིས་སྒྲོ་གས་འཐེན་ཁིང་། ལག་པས་འགྲུམ་

བ་བསྐྱར་ཞིང་། འིན་རྒྱ་སྐྱོ་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཡང་གིང་ཁྱར་དེ་ཁྱར་ནས་རྒྱ་བྱེར་ནས་
 སྐྱོ་གསེད་སྤངས་གིང་། ཡུད་དེ་ཡུད་དེ་འགོ་འདུག་པ་ལ། ང་ཡང་མཆིམ་གོར་དེ།
 མཆིམ་ཁྱིས་ནས་བལྟས་པས་ཁོ་མ་ཟད་དེ་ན་མར་ཡུད་དེ་སྐྱོ་གསེད་ལྟང་ལྟང་སོང་།
 ཡང་ངས་བོས་ནས། ཁོ་རེ་མ་འགོ་དང་། ངས་ཁྱོད་ལ་བཤད་རྒྱ་གཅིག་ཡོད་བྱས་
 བས། ངལ་ཐེམ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གིང་ཁྱར་ཐོག་ནས་རྒྱ་བྱེར་ཞིང་བསྐྱགས་པས་
 ཁོའི་རུར་ཁྱིན་ནས། ད་ཁྱོད་རང་སྐྱུག་མི་དགོས། ངས་གྲྲས་ལ་ཁར་ཞི་བྱོའི་ཕོ་བྲང་
 གཅིག་བཞེངས་ཡོད། དེའི་དགེ་བའང་ཁྱོད་ལ་བསྟོ། དགེ་བཤེས་སྟོ་བ་ཟང་ལ་རྩ་
 བ་གཅིག་གི་རྒྱགས་དང་རྩ་བ་བྱིན་ནས་མ་ཆི་འདྲིན་དུ་བརྟུག་གོ། གྲྲས་ལ་ཁའི་མ་
 ཆིའི་རྒྱན་དེ་ཡང་ངས་བརྟུགས་ནས་ཁྱོད་ལ་བསྟོའོ། །ང་རང་གིས་དགེ་སྦྱོར་བྱས་
 ཚད་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་བསྟོའོ། །འུལ་གྱི་མ་སྦྱང་རྣམས་ལ་འང་མ་ཆི་བག་ངས་བྱས་ཡོད།
 ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱི་ལ་སྤྲིག་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱས་ཐན་ཅི་ཐོགས་བྱས་ཡོད། གཞན་ཡང་ཁྱོད་
 རང་གཞུག་མ་བུད་ཅིག་བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་བྱིམ་རང་དགའ་མ་ཡིན་ནམ། ད་
 ལྟར་བར་དོའི་ཡིད་ལུས་ཡིན་པས། འདུན་པ་ཅེ་གཅིག་སེམས་ལ་བཟུང་བ་ཡིན་པས།
 འདུན་པ་གར་གཏད་འོང་བར་ཐོས་གྲོལ་དུ་བཤད་འདུག། ཁྱོད་རང་ཟང་མདོག་
 དཔལ་རིར་ཨོ་རྒྱན་རིན་པོ་ཆེའི་དུང་དུ་འདུན་པ་དག་པོ་གཏོད་ལ་སྦྱོན་ལམ་ཐོབ་
 དང་དེས་མི་དགའ་འམ་བྱས་པས། ཡང་ཁོས་མི་ཡུལ་དུ་འདུག་ཡུན་བྱང་བས་ཞེ་མ་
 ཆོམ་ང་མི་ཡུལ་དུ་དེ་བས་རིང་བ་གཅིག་འདུག་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ། བྱར་མོ་ཐང་རུང་མ་
 འདི་ལན། དང་སྟིང་སྟིང་ཆེ། ང་རང་མི་ལུས་ཐོབ། བཤེས་གཉེན་མཁན་པོའི་བྱ་རུ་
 སྐྱོ་བ་གསེར་བས་དགོན་པ་དེ་ཐོབ། ཁྱེད་སྐྱོན་ལ་རྣམས་ཀྱི་དྲིན་གྱིས་སྤྲིག་པའང་
 རུང་། དེ་དུས་ཆོས་གཅིག་བྱེད་མ་དུན་པས་འགྱོད་པ་ནི་འིན་རྒྱ་ཆེ། བ་མ་སྐྱོན་ལ་



ཁྱེད་ཀྱི་མཁས་དང་འགྲོགས་ལོང་མ་བྱུང་། འགྲོགས་ལུན་བྱང་བས་སྒྲིང་སྒྲིང་ཆེ། ད་དེ་
 འབྲུག་པ་བཙལ་གྱུང་མི་རྟེན། ཡོད་པ་དེ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས། ད་མེད་པ་གཅིག་
 མྱེད་ནས་བཙལ་དགོས་པར་བབས་པས་སྐྱག་པ་ལས་མ་བྱུང་། ད་དུང་བཤེས་གཉེན་
 མཁན་པོའི་ཁྱ་གཅིག་སྟོན་དྲག་པས་བསྐྱགས་པ་ཡིན་ཟེར་ནས། མཆི་མ་གར་གར་
 འིན་ཏུ་ཡུས་བྱས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་སེམས་པམ་པར་འདུག འོ་ན་ཁྱོད་རང་གི་ཁྱ་མོ་ཁྱ་
 ཏུ་རེ་གར་སོང་འཕྲད་དམ་བྱས་པས། ལྷ་བ་སྟོན་མ་ལ་ཁྱོམ་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་དཀྱིལ་དུ་
 ཡུད་ཙམ་པ་གཅིག་འཕྲད། དེ་ནས་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སོང་། དེ་རྟོང་མ་འཕྲད་ཟེར་
 བས། ཁྱ་མོ་དྲན་ནས་མཆི་མ་བཏོན་ཅིང་། སྟོ་གས་བྲངས་གིང་གིང་ཁྱར་དེ་ཁྱར་
 བས་འཕྲད་དེའི་མཇུག་ཏུ་ཡུད་དེ་ཡུད་དེ་འགྲོ་ཞིང་། སྒྲིད་སྒྲིད་མི་ཡུལ་མཐིལ་རེ་
 སྒྲིད། །སྐྱག་སྐྱག་བར་དོའི་འཕྲང་རེ་སྐྱག །

བྱང་བྱང་མི་ཆོ་འདི་ལས་བྱང་། སྟོ་སྟོ་འགྲོགས་ལོང་མེད་པ་སྟོ། །རྒྱུང་རྒྱུང་རང་
 དབང་འདི་ལས་རྒྱུང་། །ཟེར་ཞིང་འགྲོ་ཞིང་འདུག ཡང་བོས་ཏེ་ཁོ་རེ་དེར་སྐྱགས་
 དང་དྲི་རྒྱ་གཅིག་ཡོད་བྱས་ནས་ཁྱོད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་དུང་དུ་བྱིན་ནམ་བྱས་པས།
 མ་བྱིན། དོང་མོ་ཆེའི་ནང་དུ་བབས་ནས་བྱིན་ན། མཇལ་ས་ཡོད་པར་སྒྲུང་སྟེ། འགྲོ་
 ཡོད་པར་མི་སྒྲུང་། དོང་མོ་ཆེའི་བྱོགས་སུ་ཉེ་བ་ཙམ་གྱིས་འཛིགས་སྒྲུང་སྒྲིང་གས་ལ་
 ཁད་པ་ཙམ་འོང་འདུག ད་ནི་ཨ་མས་བསྐྱུངས་པ་ཡིན་པས། གཞན་ཀྱི་མས་ནི་རང་
 དབང་མེད་པར་སྐྱུང་མཁན་ནི་མི་སྒྲུང་། མི་འགྲོ་བའི་རང་དབང་མེད་པར་འཛིགས་
 སྒྲུང་གིས་སྒྲིང་གས་ལ་ཁད། རོ་སེར་ཏང་ཏང་། བརྒྱལ་ལོག་ལོག བྱར་དུ་བྱིད་
 འགྲོར་སྒྲུང་ཟེར་ནས་འགྲོ་བྱ་བས་བྱེད་ཅིང་།

འཛིགས་འཛིགས་དོང་མུན་ནག་པོ་འཛིགས། །མགྲོགས་མགྲོགས་ལས་རྒྱུད་ནག་པོ་
 མགྲོགས། །ཆོ་ཆོ་ལས་ཀྱི་མེ་རེ་ཆོ། །འབྱམས་འབྱམས་གྲོགས་མེད་གཅིག་ལྟར་

ལབུམས། །ལུས་ལུས་ཐམས་ཅད་ཤུལ་དུ་ལུས། །ཕྱི་ཕྱི་ལས་ངན་ཕྱི་གཞི་བ་ཕྱི། །
 ཟེར་ནས་ཡང་། ཤིང་ཁུར་དེ་བསྟགས་པ་བྱས་ནས། ཏུ་ཁྱུ་ཟེར་ནས་སེམས་ཡམ་
 པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡུང་དེ་ཡུང་དེ་སོང་། ང་ཡང་བརྒྱགས་ནས། ཁོ་རེ་ཁྱོད་ལ་ངེས་པར་
 ཅི་ཕན་གང་ཕན་དེ་ངས་བྱེད། དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྟལ་མ་བྱེད། ཁྱོད་མི་ཡུལ་བཟང་
 པའི་གནས་ཆེད་པ་དང་། ཕྱི་མ་ཆོས་དང་འཕྲད་པ་དང་། ང་རང་སྐྱོན་དང་ཡང་ཁྱོད་
 སྐྱོ་བ་ཕྱི་མ་འཕྲད་པའི་སྒྲོན་ལམ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ངས་བཏབ་པོ། །སྐྱུག་མི་དགོས། ཁྱོད་
 གཅིག་ཤུ་མིན། དེད་རྒྱམས་ཀྱང་འདི་འདྲ་རེས་མོས་བྱེད་དགོས་ཡོད། སེམས་ཅན་
 ཀུན་ལ་འོང་། ཁྱོད་རང་སེམས་ཡམ་མི་དགོས། ལྷོད་ཀྱི་ལྷོད་ལ་ཇོ་བོ་བྱགས་ཇེ་ཆེན་
 པོ་འཇམ། ཡང་ན་ཨ་མས་རྟགས་ལུན་བྱེད་པ་དེ། ཡིད་མ་དོ་ཇེ་ཕག་མོ་ཡིན་འོང་ཁྱོད་
 རང་དབང་ཐོབ་པ་དང་། ཁྱོས་མའི་ཕྱིན་ལས་ཤེས་པའི་བྱིན་རྒྱལས་གིས། ཁྱོད་བར་
 ཇོར་བསྐྱུངས་སྐྱོབས་མཛད་པ་ཡིན་ངེས་པས་ཡུམ་ཆེན་ཇོ་ཇེ་ཕག་མོ་ང་ལ་བྱགས་
 ཇེས་ཟུངས་ཤིག་གིས་ལ་གསོལ་བ་ཐོབས་དང་ངས་ཀྱང་ཆོས་བརྩམ་ཆག་པར་བྱེད།
 གསོལ་བ་གདབ་པོ། །བྱས་པས་ཁོས་ན་ཟེ། རང་བཞིན་བར་དོར་སྐྱུག་དྲག་པས་དེ་
 སྐད་སྐྱི་སྐྱུགས་འདོན་པ་ཡིན། གཞན་དང་བར་དོ་ཕལ་ཆེར་ལས་ང་རང་སྐྱིད་པར་
 བྱུང་། ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱུ་བདུན་རིལ་བུ་སྐྱིན་བསྟེགས་དང་། བཏགས་གྲོལ་སྐྱགས་མ་དེས་
 ང་རང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་པ་བྱུང་། བར་དོའི་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་འང་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་
 བྱུང་། ད་རུང་ཡང་ངའི་རུས་པ་སྐྱམ་པོ་ཆོལ་ཆ་ཆ་བཏབ། བཏགས་གྲོལ་དང་སྐྱུ་
 བདུན་རིལ་བུ་སྐྱགས་ནས་མེ་ལ་བསྟེགས་བཅོལ། དེ་རང་ཕན་པར་བྱུང་། བ་རག་
 བསྐྱོངས་བཤགས་འདིས་ཕན་པར་སྐྱང་བས་འབངས་འབྱུང་ཐོན་ཟེར། ཡང་ལངས་
 བས། བྱིས་ཁྱིམ་འདུལ་བྱིས་ཁྱུ་ལ་བསྐྱར། ཁེས་འཐེན་ཅིང་འགོ་འདུག་ཁོ་



རི་ཁྱོད་ཀྱི་དེ་ཅི་ལ་ཟེར། ཁ་རོགས་ཤོད། འདུལ་སྤྱིམས་རྩུ་ལ་སྤྱིམས་བསྐྱར་སྤྱར་བྱས་
 པས། ང་གནས་ཁང་འཛོལ་བ་ལ་ཕྱིན་པས། དེ་རུབ་བརྟེན་གསུམ་གྱིས་འདུལ་
 སྤྱིམས་རྩུ་ལ་བསྐྱར་བ་མཐོང་ཟེར་ནས། རྩུ་དེ་ལ་བསྐྱུལ་བ་ཙམ་དུ་འདུག དེ་ནས་
 རོ་རྩེ་མི་ཐར་དང་། རོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་སྟག་གི་དང་། ང་རང་དང་གསུམ་ཆབ་ནག་གི་
 འཕྲང་རིང་པོ་གཅིག་ལ་བརྒྱལ་ནས་ཐང་གཅིག་གི་མགོར་སྤྱོབ་པ་དང་། མ་གཤིག་དེ་ན་
 སྟགས་པ་མགོ་སེ་གཅིག་གིས་རྟ་གཅིག་འཛོག་སྟགས་པ་གཅིག་དང་བརྟེན་གཅིག་
 གཉིས་གྱིས་རྟ་ཁ་ཁྱིད་ནས་བྱུང་བས་མཐོང་མ་ཁད་དུ་རོ་རྩེ་རྒྱལ་མཚན་བྱོས་ཆས་
 བྱེད་འདུག་པས། ངས་ཁོ་རང་བཟུང་ནས་ཁྱོད་གར་འགྲོ་བྱས་པས། སྟགས་པ་དེས་
 ང་ཟེའོང་། དེ་མཐོང་བ་དང་ང་ལ་སྤངས་སྟག་ཆེན་པོ་བྱུང་ཟེར། ཁྱོད་ཞེད་མི་དགོས།
 སྟགས་པ་དེ་སྟ་ཡིན་དྲིས་པས། སྤང་ཁུ་ལའི་དགོན་པར་ཡོད་ཟེར། མིང་ཆེན་པོ་
 སྤང་རྟེ་ངས་ཁར་འདོན་མི་ཤོད་ཟེར་ནས། ཁོ་ཞེད་ནས་འདར་ཡོད་ཡོད་བྱེད་འདུག་
 པ་དང་། སྟགས་པ་རྟ་པ་དེ་སྤྱ་མའི་ཆ་ལུགས་སུ་མགོ་སེ་བ། དེར་ཐུལ་ཅན་གཅིག་
 རྟ་མོང་ནས། སྤྱ་མ་དེས་ན་ཤེ། སྤྱ་མ་ཉི་ཟླ་ཁྱོད། རྒྱ་མཚོ་རྩལ་གྱིས་འདེབས། རི་བོ་
 ཁར་བརྟུག་པའི་མི་གཅིག་འདུག་ཟེར། ངས་རྒྱ་མཚོ་རྩལ་གྱིས་འདེབས་པ་ཙམ་དུ་
 སྟ་ལ་ཟ་འདོད་མ་བྱས། ངས་ནི་སྟ་ལ་གཞོད་པ་སྟེལ་མ་སྟོང་། རང་ཟས་ཟ་ཞིང་
 མཚམས་ལ་ཤོད་པ་ཡིན། རི་བོ་ཁར་བརྟུག་རྒྱ་མཚོ་རྩལ་གྱིས་འདེབས་མི་དེ་ཁྱོད་
 ཡིན་མོད། ཁྱོད་འདྲ་བས་ང་ལ་བྱས་ནས་ང་རྒྱལ་གཅིག་བསྟེད་པ་དང་། ངའི་རྩ་
 དེར་ང་རང་གི་སྤྱོབ་མ་ཡིན་ཟེར་བའི་སྟགས་རྩུང་བཞི་བྱུང་ནས། བརྟེན་པ་དེ་ལ་
 ངའི་ཁ་རོགས་བྱེད་ནས། ཁོ་ལ་ཁ་བསད་མང་པོ་འབོད་དོ། །ཀུ་ཅོ་ཉིར་གྱིས་བྱུང་།
 རོ་ཆ་བརྟུག་འདུག བརྟེན་དཔོན་གཡོག་ནམས་སྟེངས་བཞིན་བྱས་ནས་བྱང་ཕྱི་བ་རྩ་
 འགྲོ་ཟེར་ནས་མོང་། ངས་སུ་ཆ་ལ་ང་རང་ནམས་ཆབ་དགར་དུ་འགྲོ་བྱས་པས། ཨ་

མ་མོ་སྒྲོལ་མ་འདོན་ཞིང་ཆཔ་དཀར་གྱི་རྒྱ་འགྲམ་དེར། རྫོང་རྒྱལ་མཚན་དང་དེད་
རང་རྣམས་བསུ་བ་ལ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཟེར་ནས། རྒྱལ་དེར་བྱེ་མ་སྐམ་པོ་ལུས་པོ་ལ་
འཕུར་ཞིང་འདུག དེར་དེད་རྣམས་གེ་ཤ་གདོང་འདྲ་བ་གཅིག་ཏུ་རྒྱལ་བཟུལ་ནས་
གི་རི་ཆ་འཕྲག་འདྲ་བ་གཅིག་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རིར་སླེབས་ནས། ད་ཅི་དཀར་ཏུ་འགོ་
བསམ་བས། གཉིད་སྐད་བ་དང་། འདར་ཡེད་ཡེད་མཆི་མ་ཙ་རེ་སྒྲོ་ལྷང་ལྷང་འདུག་
གོ། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཐོས་གྲོལ་དང་། བཏགས་གྲོལ་བཏོན། སྒྲོན་ལམ་མང་པོ་བཏབ་
པོ། །བསྐོ་བ་བྱས་མི་ལམ་འདི་འདྲ་ཡི་གེར་བྱིས་སོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
ཕན་ཐོགས་པར་གྱུར་ཅིག རྫོགས་སོ། །

ཡང་ལྷ་བ་དེའི་ཕྱི་མ་དགུ་ལྷ་ཐ་རྒྱུད། ལྷ་བ་ལྷ་འི་ཆོས་བཅུ་གཅིག་ལུ་བ་ཐོ་རེངས་
ཁར་མི་ལམ་དུ། ཟླ་ག་དམ་ལུང་པའི་ཕྱ་ལྷ་བའི་ཆལ་ནག་གཅིག་གི་ལུ་དུ། མི་ཐོ་
མོ་ལྷ་བཅུ་ཙམ་འཆོགས་འདུག་པ་ལ། དེ་རྣམས་མཁྱོན་འབྱེད་ལ་སོགས་དང་།
གཏོར་མ་བཏང་དུས་སེར་སྒྲ་དང་པངས་སེམས་མི་ཉན་པ་ལ་སོགས་གཙང་སྒྲ་རྒྱུད་
བ། གཏོར་མ་རྒྱུད་བ་སེར་སྒྲ་བངས་སེམས་བྱས་པ་དེ་རྣམས་སྤངས་པ་དང་། མཐར་
ཆོས་བཤད་ཡིག་དུག་བསྐྱལ་བ་ལ་སོགས་དེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བའི་མི་
ལྷས་མང་པོ་བྱུང་འདུག་པས་ཐུགས་ལ་ཞོག་ཅིག དེ་ནས་མི་ཁྱོམ་རྣམས་གུས་.....
ནས་སོང་བ་དང་། བདག་གིས་ལུང་པ་དེའི་ཕྱ་ལ་ཁ་གཏད་ནས་ཕྱིན་པས། ས་གི་
ནགས་གསེབ་གཅིག་ཏུ་གིང་གསེ་མི་གཅིག་བྲག་པས། ང་ཡང་དེར་ཕྱིན་བ་དང་།
ངོ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བ་རྩལ་ཆེ་ལེ་བ་སྒྲོན་མེ་ཆེན་པོ་གཅིག་གསེ་གིང་འདུག ཁོ་
རེ་ཁྱོད་དེ་གསེ་ནས་ཅི་བྱེད། ཁྱོད་ད་ཆག་གནས་ཁང་མ་རྟེན་ཟེར་བ་ད་རྟེན་དམ་
དྲིས་པས། ཁོས་ན་རེ། ངས་གནས་ཁང་པ་ཟད་ཐག་རིང་གཅིག་ཏུ་བཙལ་ན་རྟེན་



ཚེད་སྒྲུང་ལྟེ། དེད་རང་ཅི་དཀར་སྒྲོར་འདིར་སེམས་ཆགས་པས་གཞན་དུ་འགྲོ་མ་
 ཡོད། ཐད་ནས་གཡང་དུང་སྤྱིད་མོས་གནས་ཁང་ཡོད་ཟེར་ཏེ། ང་མེ་རྟ་གསེ་བ་ལ་
 བྲེལ་བས་མ་ཁོམ་ཟེར། ཁྱོད་སྒྲོན་འདིས་ཅི་བྱེད་བྱས་པས། ང་གར་བྱིན་གྱང་ཉི་ཟླ་
 མ་མཐོང་བས་སྤུན་ནག་པར་བྱུང་བས་མེ་རྟའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བས་མ་པ་ཡིན་ཟེར།
 ཁྱོད་ད་རུང་གནས་མ་རྟེན་པས་འདིར་བསྐད་པས་གཉུག་མ་བྱུང་དམ། བར་དོ་ཐོས་
 གོལ་ནང་ནས་སྤྱིད་པ་བར་དོ་དོ་སྒྲོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་མངལ་སྒྲོག་དམ་པ་ལ་རིགས་མི་
 གཅིག་པ་དེ་ཙམ་ཡོད་པ་ལ། དག་པ་མཁའ་སྒྲོད་ཀྱི་ཞིང་དུ་འཕོ་བ་དང་། མ་དག་
 འཁོར་བའི་མངལ་སྒྲོག་དམ་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལ་ཁྱོད་རང་ཡིད་ལ་མེད་དམ།
 འཁོར་བའི་མངལ་སྒྲོག་རང་གི་ཅི་བྱེད་སྤྲུག་པ་ཡིན་པས། ཁྱོད་རང་རྩལ་བྱོགས་བདེ་བ་
 ཆེན་པོ་འདམ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་གང་མོས་པ་གཅིག་ཏུ་འདུན་པ་གཏོང་དང་། དེས་
 པར་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་བཤད་འདུག ཁྱོད་རང་ལ་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལྷས་ནི་མེད།
 བག་ཆགས་ཡིད་ལྷས་ཡིན་པས། ཁ་ལོ་བསྐྱར་སྒྲ་བ་ཡིན། ཁྱོད་ཡིད་མ་ཆེས་ན། ང་
 མི་ལམ་བག་ཆགས་ཀྱི་ལྷས་ཡིད་ལྷས་སྒྲོང་བ་ཡིན། ངའི་ལྷས་པོ་བཅའ་པོ་དེ་ཉལ་
 མལ་དུ་འོང་རྒྱ་མེད། ཁྱོད་བར་དོ་སྒྲོང་ལྷས་ཡིན་པས། དེད་རང་གཉིས་ཀ་སྒྲོང་
 གཟུགས་ཡིན། ལག་པས་འཇུ་རྒྱ་མི་འོང་། ཨེ་བདེན་ལྷོས་ཤིག་བྱས་པས། ཁོའི་
 ལག་པ་ལ་འཇུ་ནས་བསྐྱོམས་པས། ལག་པ་ཁྱོད་ཐང་ཐང་གཟུང་རྒྱ་བྱུང་བས།
 ཟང་ཐལ་དུ་འགྲོ་མི་ཉན་པར་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལྷས་འདྲ་བ་བྱུང་བས། ཁོས་ན་རེ།
 ང་ཡལ་མ་ཉན་མངོན་སྐྱེད་ཡོད་བྱས་པས་ཟེར་བ་དང་། བདག་གི་བསམ་པ་ལ། ང་
 བློ་མི་ལམ་ཡིན་པ་ཐག་ཆོད། ཁོ་ནི་གི་ཆར་བ་ལ་གི་གསོན་གཉིས་པོ་ལུང་རིང་འདི་
 བས་འབྲད་པ་ག་ལ་སྤྱིད་པ་ལ། ལག་པ་ནས་བཟུང་བས་གཟུང་རྒྱ་འདུག དེས་པ་
 མི་འདེན་ནམ་བསམ་དེས་པར་ཨེ་བདེན་ནམ་བསམས་ནས། ཁོ་ཡི་གདོང་པ་ལ་



འདོད་བྱས་པས། ཁོས་ན་རེ། འདི་འདྲ་བའི་གནས་ཁང་ཚོད་མེད་པ་སྤང་། ང་འདི་
 འདྲ་བའི་ནང་དུ་འགྲོ་བས་མ་ངོམས་པ་མིན་ཟེར། འོན་པར་ན་གནས་ཁང་བཏང་ངོ་
 ཟེར་བ་དེར་མི་འགྲོ་བ་ཅི་ཡིན་བྱས་པས། ཁོས་ན་རེ། ཐད་ལ་གནས་བཏང་ཟེར་
 བས་སྒྲོ་ཅུར་ཕྱིན་པས། བྱང་དེ་ན་གཙང་མའང་མིན་པ་འདྲ་སྟེ། བྱང་དེ་ན་ཨོ་ངལ་
 ཟེར་མཁན་གཅིག་ཡོད་གྲགས་པས། ཕྱིར་ལོག་ཕྱིན་པ་ཡིན་ཟེར། འོ་ན་ཁྱིམ་
 འདིའི་ནང་ན་འདུག་ཉན་ཨི་སྤང་ལྟོས། རྒྱབ་དེར་འཛིག་འདོད་བྱས་ནས། ཁང་པའི་
 རྒྱབ་ནས་ཕྱིགས་པ་ལ་འཛིག་ནས་ཡང་ཕྱེ་དེར་གཉིས་ཀ་སྟེབ་བྱུང་ནས། རྒྱ་མཐོང་
 གི་ནང་དུ་སྒྲུབ་གཅིག་བཅུགས་པ་དེར་ང་སྟོན་ལ་བབས། ཁོ་རེ་ཁྱོད་རང་ཡང་ཤོག་
 དང་། ཅི་འདྲ་སྤང་བལྟོའོ་བྱས་པ་དང་། ཁོ་མར་བབས་མི་འོང་བར་སྟེང་ནས་མར་
 མིག་གཅིག་བལྟས་མ་ངོམ་པ་འདྲ་གཅིག་བྱས་ནས་འགྱུད་དེ་འོང་འདུག་ ང་མར་
 བབས་ནས་བར་ཁང་དེར་ཕྱིན་པས། མི་འདུག་པའི་རྗེས་མེད་པ་ཉང་ལ་ཚོགས་པ།
 གཏུང་མ་ཆད་ལ་ཁད་པ། ཀ་བའང་གས་ནས་ཞིག་ལ་ཁད་པ་གཅིག་འདུག་ འོག་
 ཁང་དེར་ཕྱིན་པ་དང་། ཚྭ་པ་ཞིག་ལ་ཁད་ནས་འཛིགས་པ། སེམས་ཅན་མང་པོ་
 བསད་པའི་སྒྲོ་དང་འདམ་ཐབ་དང་། རྒྱ་མ་ཉག་ཉིག་མང་པོ་ཡོད་པ། འོག་ག་ཞི་
 བྱག་རུལ་དང་འདམ་ཐབ་འདྲེས་མས་གང་པ། ལོགས་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མ་སྟོན་པ་
 འདྲ་བས་ཡོལ་བ་བྱས་པས་སྒྲུགས་བྱོ་བ་གཅིག་འདུག་ ང་ཡང་སྒྲུགས་བྱོ་བ་དང་
 གྲིབ་འོང་དོགས་པས། ཕྱིར་སྒྲོ་རྒྱུང་གཅིག་འདུག་པ་ལ་འགྲོ་བར་བརྩམས་པ་ནས་
 ཁོ་སྒྲུག་པ། ཕྱིར་ཚྭ་པ་ཞིག་ལ་ཁད་པ་འདིར་བཞག་པས་མི་འོང་། ཁང་པ་གཙང་
 མ་བཟང་པོ་གཅིག་འཚོལ་རོགས་འགྲོ་དགོས་བསམ་པ་དང་། ཁོ་ཡང་རྩ་དེར་སྒྲོ་
 བས་ལྟང་ལྟང་འཐེན་ཞིང་། ཚྭ་པ་ཚྭ་པ་སྟེན་ཅན་ཕྱིམ་རེ་ཚྭ་པ། དཀོན་དཀོན་གནས་
 ཁང་བཟང་པོ་དཀོན། སྒྲོ་སྒྲོ་བར་དོའི་འཕྲང་ལ་སྒྲོ། རྒྱུང་རྒྱུང་རང་དབང་འདི་ལས་

སྐྱུང་། འགྲོ་འགྲོ་འདི་འགྲོ་མེད་པར་འགྲོ། །ཟེར་བས་ཅིགས་པའི་རྒྱུ་ལོགས་སུ་
 བབས་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་འགྲོ་གྲགས་པས། ར་ཡང་བརྒྱགས་ནས་ཁོ་བརྒྱད་ནས་ལ་བ་
 ལ་བ་བྱེད། སྒོ་སྒོ་གནས་ཁང་ཚོལ་རྟགས་བྱེད་དགོས་པས་མས་ནས། སྒོ་དོག་མོ་
 ཞིག་ལ་ཁད་ལ་མ་ཐར་བའི་རིང་ལ། ཁོ་ལ་ཟད་གཅིག་ནས་སྒོ་གས་ལྟང་ལྟང་འཐེན་
 ཞིང་འགྲོ་གྲགས། སྒོ་དེ་ཕྱིན་ནས། རྩོམ་རྒྱལ་མཚན། རྩོམ་རྒྱལ་མཚན། ཞེས་སྒྲིང་
 རིང་པོ་བཏང་ནས་བོས་ཀྱང་། ཅི་ཡང་ཆ་མེད་པར་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སོང་། དེ་སྒོ་
 བ་ཆད་མེད་པ་བྱུང་ཞིང་ཁོ་ལ་སྒྲིང་རྩོམ་ཆད་པ་བྱུང་། ཨ་ཙམ། ད་ལན་ཁོ་སྐྱུག་
 པ་དང་འཕྲད་ཀྱང་ལ་བ་ལ་བ་ཡིད་ཚིམ་པ་གཅིག་བྱེད་ལོང་མ་བྱུང་། རྟིག་ཁྱིམ་འདི་
 ལན་པ་ཡིན། ད་ཅི་ནས་ལག་པ་ལ་མ་ཤོར་བ་གཅིག་བྱས་ནས། ལ་བ་ལ་བ་ཡིད་
 ཆེས་པ་གཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པར་འདུག་པ་ལ། ད་ནི་གར་སོང་ཅི་ཆ། ཕྱིན་ཆད་ནི་ཁོ་
 དང་མི་འཕྲད། ད་རུང་ཁོ་གར་འདུག་བཅའ་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཡིད་ཆེས་པ་གཅིག་དྲི་
 ཆོས་བཤད་ནས་དག་པ་མ་ཁའ་སྒྲིང་གི་ཞིང་དུ་འཕོ་བཅུག་པས་དྲག་དེ་མི་ཉན་
 ན་འད་གནས་ཁང་བཟང་པོ་གཅིག་བཅའ་ནས་མ་བསྐྱལ་ན་ཤོང་བར་མི་འདུག་ཁོའི་
 སྒོ་གས་དེ་ཚོར་བས་རང་གི་སྐྱུག་པ་སྒོ་བ་ལ་ཆད་མེད་པ་འདུག་ཁོ་རང་ཀྱན་སྐྱུག་པ་
 ལ་ཆད་ཅི་ཡོད། ད་ཁོ་བོ་ལ་འཕོད་ཀྱིན་འཚོལ་དགོས་པས་མ་པ་དང་། གཉིད་སང་
 ནས། ནངས་པར་མི་ལམ་ཡི་གར་བྱིས་སོ། །ཕྱིས་ཁོ་དལ་འབྱོར་བཅོ་བརྒྱད་ལྟན་
 པའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་གཅིག་ཐོབ་ནས་ཐོས་གྲོལ་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཅིང་
 བརྒྱད་པ་འཛིན་པ་དེ་ཡིན། གྲེ་མ་གྱི་དུང་པར་དེའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །སྐྱུག་
 བསྐྱལ་ཁོན་མིན་པ་བདེ་བ་མེད། །ལྟན་ཅིག་སྒྲིས་པའི་ག་རུས་སོ་སོར་བྲལ། །
 བཤེས་གཉེན་ཉི་དུ་ཟས་ནོར་རྒྱུ་བཏུ་ལུས། །རྟིག་པ་ཕྱ་མོ་ཡན་ཆད་རང་ལ་འཕྲད། །



བར་དོའི་སྐྱལ་བཟུལ་སེམས་ཅན་ཉོན་པོ་མོངས། །རང་ངོ་རང་གི་མ་གཤིས་སྦྱང་རེ་
 རྒྱུ། །དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་སྐྱབས་མགོན་མེད་པ་ལ། །ཐུགས་རྗེས་བྱང་ཞིག་ཞི་བྱའི་
 ལྷ་ཚོགས་ནུམས། །བར་དོའི་སེམས་ཅན་ཞི་བྱའི་སྐྱེ་བོ་ཤོག་དེ་སྐྱད་མི་ལམ་ཚུལ་
 ཏུ་བརྟེན་པ་ཡང་། །བར་སྐབས་མཚམས་སུ་བར་དོར་དངོས་སུ་ཐེབས། །བདེན་
 བར་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་ལྷུ་དགོངས་མིན། །རེ་རེ་ཙམ་ལ་ཕན་བསམ་བྱིས་པ་
 ཡིན། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་ངོ་གཤིས་པར་ཤོག། །བར་དོའི་སྐྱལ་བཟུལ་ཐམས་
 ཅན་གྲོལ་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་པ་འདི་ནི་གུ་རུ་ཉི་ཟླ་འད་ཟེར་གྱིས་བྱིས་པ་རྫོགས་
 གོ། །།ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདི་ནི་ཐབས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་བར་དོའི་སེམས་ཅན་གྱིས་ལུས་བྱི་མ་མ་
 གྲངས་པའི་སྒོན་ཏུ་འཕྲད་པ་ཡིན་ལ། །གཞན་ཏུ་མི་གི་བཞི་སྒོན་གོམས་པའི་བག་
 ཆགས་གྱིས་མི་ལམ་མི་བཅའ་ལས་དངོས་སུ་འཕྲད་ཏུ་མེད་པར་མདོ་ལས་གསུངས་
 གོ། །གཞན་དག་གིས་ནི་རང་རེས་ལྷ་ཕལ་པ་བཞིན་ཏུ་གཤིན་པོའི་རྣམ་གཤིས་ཕལ་
 བས་དེ་ལ་གཏམ་ཡང་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་སྐྱར་གྱི་མི་དེའི་རྣམ་གཤིས་དངོས་
 ཡིན་པར་རྣམ་མེད། དེ་དག་ནི་གཤིན་པོའི་རྣམ་གཤིས་དངོས་ཡིན་པའི་རེས་པ་མེད་དེ།
 རྗེ་བཙུན་མི་ལ་ཡལ་བྱས་གྱི་དྲུང་དུ་བོན་པོ་དག་གིས་གཤིན་པོའི་རྣམ་གཤིས་བཀུག་
 ཉེ་དབང་བསྐྱར་ལུལ་དེ་འདྲ་ཡིན་སྟེན་དེ། སེམས་ཅན་རང་གི་ལས་གྱིས་རིགས་
 ཏུ་ག་སོ་སོར་འབྱུངས་ནས་སོང་ཟེན་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་རྣམས་ཆོ་འཕྲོ་བ་རི་ལྟར་
 འབྱུར་པའི་མདོ་ལས་ཞིབ་པར་གསུངས་འདུག་པས་དེར་བལྟ་བར་བྱ་སྟེ། འདིར་མ་
 བྱིས་སོ། །

གསུམ་པ། ལུས་གཅིག་ལ་རྣམ་གཤིས་ཏུ་མས་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་གཤིས་
 གཅིག་གིས་ལུས་ཏུ་མ་ལ་འཇུག་ཞོག་བྱེད་པས་བསྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཡང་གསུང་རབ་

རིན་པོ་ཆེ་ལས། ལུས་ནི་མགོན་ཁང་དང་འདྲ་ལ། རྣམ་ཤེས་ནི་མགོན་པོ་དང་འདྲ་
 ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ལུས་ནི་སྤྱུང་གཅིག་ཏུ་སྒྲུ་ཞིང་། སྒྲེས་ནས་དེ་
 ཉིད་དུ་ཞིག་སྟེ་མེད་པར་འགྱུར། རྣམ་ཤེས་ནི་སྤྱུང་གཅིག་ནས་འདིར་འོང་ཞིང་རི་
 སྒྲིད་དུ་འཆོལ་བའི་བར་ལུས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ཏེ། ལུས་ཞིག་པའི་འོག་ཏུ་
 སྤྱར་ཡང་གནས་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྲོ། དེ་ལྟ་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་ནི་གནས་སྐབས་
 སུ་རྟེན་བརྟེན་པ་མགོན་ཁང་དང་མགོན་པོའི་འབྲེལ་བ་ལྟ་བུ་ཙམ་ལས་གཞན་ཅི་
 ཡང་མེད། དེས་ན་ལུས་ཞིག་པ་ཙམ་གྱིས་རྣམ་ཤེས་མེད་པར་མི་འགྱུར་བས། རྣམ་
 ཤེས་ནི་སྤྱུང་རིང་དུ་ཞུགས་པའི་མགོན་པོ་ཇི་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་མི་
 གསོན་པོ་དག་གི་ལུས་ལ་སེམས་ཙན་གཞན་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་ཏེ་ལུས་ནི་སྤྱར་གྱི་
 མི་དེ་ཡིན་ལ་ཤེས་སྤྱད་ནི་གཞན་ཞིག་ཏུ་སྤྱར་པ་དག་ཡོད་ལ། ཤི་ཟེན་པའི་རོ་ལ་
 གཞན་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་ནས་སྤྱར་གསོན་ཏེ་འོང་ཡང་གཤིས་ཀ་ནི་སྤྱར་གྱི་དེ་
 གཞན་ནས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་སྤྱར་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ཀྱང་ལས་གྱི་རྣམ་
 བར་སྒྲིན་པའི་མཐུས་དེ་ལྟར་སྤྱར་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་པས་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱིས་རང་
 གི་རྣམ་ཤེས་གཞན་གྱི་ལུས་ལ་སྒྲོ་བའི་གྲོང་འཇུག་བྱེད་པའང་ཡོད་དེ། འདི་ནི་ནང་
 བར་མ་ཟངས་ལྟེ་རོ་ལ་པ་དག་ལའང་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅེ་ན། ཐེ་མཆན་གྱི་དུ་ལྟའི་ནང་བསྟན་ཞེས་པའི་དུས་དེབ་གྱི་
 གསར་འགོད་པ་སུ་མོ་ལུས་ལུས་གྱིས་ཐེ་མཆན་མེ་ཉིབ་ས་ཆར་ཆེད་བསྒྲོད་གཙར་འདི་
 བྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཡབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིན་ཏུ་ཁུངས་སུ་བ་བསྟོན་དུ་མེད་ཅིང་མིག་
 མཐོང་ལག་ཟིན་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྤང་ལ་དེ་ཡང་མོ་རང་གིས་བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ཆོག་སྟེ་
 བསྟུས་ཏེ་བཀོད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ། ད་ལོའི། ༡༩༧༡ལོ་མཆོད། ལྷ་བ་གཉིས་པའི་ནང་སྒྲོབ་



དཔོན་ཤིན་ཡུན་ཉིས་མེ་ས་ཆར་གདན་ཞུས་ཀྱིས་བཀའ་ཆོས་གནང་སྐབས་ཁོང་དང་
 མཉམ་དུ་སློབ་དཔོན་ཅོས་ཡུན་ཡང་མེད་པས་འདུག ཉིན་ཞིག་སློབ་དཔོན་གཉིས་ལ་
 ང་ཆོ་དགེ་བསྟེན་འགས་མེད་པས་གྲོགས་ཞུས་ཏེ་ཉིས་མེའི་ཉེ་འདབས་ཚུ་ཡུན་དགོན་
 ཏུ་ཕྱིན། དགོན་དེ་ནས་མེ་ཉོབ་གོང་གསེབ་ཀྱི་མུད་མེད་གཅིག་གི་ལུས་ལ་ཡུལ་ཅིན་
 མུན་གྱི་སྤྱོད་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས་ཞུགས་ཏེ་ད་ལྟ་དངོས་སུ་ཡོད་པ་བོས། དེར་ང་ཆོ་
 ཆང་མ་ལ་མཆོན་ནས་ཡུལ་དེར་ཆེད་བསྐྱོད་ཀྱིས་གཙུག་པོར་བྱེད་ཏུ་ཕྱིན། མེ་ཉོབ་
 གོང་བདལ་གྱང་མན་ཁྲོམ་ལ་མ་སྟོ་རྟགས་གོ་ལ་པ་ནི་མུད་མེད་དེའི་ཁྲིམ་རེད་འདུག
 མུད་མེད་དེའི་མིང་ལ་ལུན་ལང་ཡོད་དང་། དེའི་ཁྲོ་གའི་མིང་ལ་མེས་ཆོས་ཏེ་ཞེས་བྱ།
 མུད་མེད་ནི་ཞིང་ནང་དུ་ལས་ཀར་ཕྱིན་པས་མི་འདུག ཁྲོས་ཆོང་ལས་གཉེར་བཞིན་
 འདུག ང་ཆོ་འོང་དོན་ཤེས་འབྲལ་ཅུང་མ་བདེ་བའི་ཉམས་ཤིག་བྱུང་ཡང་ནན་གྱིས་
 དྲིས་པས་ཁོང་གིས་སྒྲིམ་པ། ༡༧༧༧ལོར་ང་རང་གྲེ་མན་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྡོ་རྒྱུང་གླིང་
 ཐུན་དུ་བྱ་བ་བསྐྱབས་ཏེ་བསྟན། དེ་སྐབས་དེད་ཁྲིམ་དུ་ལོག་པའི་གྲངས་ཤིན་ཏུ་
 ཉུང་། བཅའ་ཁྲིམ་དུ་ལོག་ཆོ་དེད་ཀྱི་རྒྱུང་མ་ལ་ནད་ཆབས་ཆེ་བ་རེ་འོང་། ཕྱིས་རྡོ་རྒྱུང་
 གླིང་ཐུན་གྱི་ལས་ཀ་ཟེན་རྗེས་དེད་ཁྲིམ་དུ་ལོག་པས་རྒྱུང་མའི་ནད་ཆབས་ཤིན་ཏུ་
 ཉུང་། བདེ་དེ་ནི་མཉམས་ཁམས་མི་བདེ་བའི་ནད་དུ་འདུག་དེད་ཆོ་མི་མང་པོས་རྩལ་
 ལྟེ་བཟུང་ཡང་མི་བྱལ་བས་སྟོན་ནད་སྟོན་ཁང་དུ་སྟེལ་གྲུབས་བྱེད་སྐབས་མོ་ན་རེ། ང་
 སྟོན་ནད་སྟོན་ཁང་དུ་མ་འདུག་ཅིག ང་ལ་སྟོན་ནད་མེད་དེ། ང་ནི་རྩན་ཐུན་གྱི་མི་ཡིན།
 མིང་ལ་གྲོས་ཤིག་ཏུ་ཟེར། གཞན་གྱི་ལུས་པོ་གཡར་ཏེ་རྣམ་ཤེས་བརྟེན་པ་ཡིན་
 ཞེས་ཟེར། ངའི་རྒྱུང་མའི་མིང་སྤར་ལོན་ཞང་ཡོ་ཟེར་ཡང་མོའི་མིང་ལ་གྲོས་ཤིག་ཏུ་
 ཞེས་བྱ་ཞེས་ཡང་ཡང་ཟེར་ཏེ་སྐད་ཀྱི་གདངས་གྱང་གཞི་ནས་འགྱུར་འདུག འོན་
 གྱང་དེད་ཀྱིས་རྒྱུང་མའི་ལུས་ལ་རྣམ་ཤེས་གཞན་ཞིག་གིས་བདག་གིར་བྱས་པར་

ཡིད་ཆེས་གཏན་ནས་མ་བྱས། འཇིག་རྟེན་ཁམས་ན་དོན་ཡ་མཚན་འདི་འདྲ་ཡོད་
སྒྲུལ་བ་ཡིད་ལ་འཆར་ཡང་མ་སྦྱང་། དེད་གྱི་ཁྱིམ་དུ་དོན་འདི་འདྲ་བ་འབྱུང་བ་ནི་དེ་
བས་ཀྱང་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་གོ།

ཁོང་ང་ཚོར་ར་ལྷག་དུ་སོང་ཆོ་ཁོང་གི་ཆ་བོས་ང་ཚོར་སྒྲུལ་བ། དེད་ཆོས་ཨ་ཞང་གི་
ཆུང་མ་མི་གཞན་ཞིག་དུ་སྒྱུར་བ་ཤེས་རྗེས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་སྒྱུར་ཏེ་རེ་ཞིག་ནད་
གསོ་རུ་བཅུག། ཐོག་མའི་དུས་སུ་གང་ལ་འང་མི་བདེ་བ་ཞིག་སྟེ། ཨ་ཞིང་གིས་མོ་ལ་
ཨ་ཁང་ཞེས་བོས་ཆོ། མོས་ང་ལ་གྲོས་ཤིག་ཏུ་ཟེར་གྱི་ཨ་ཁང་མི་ཟེར་ཞེས་དང་།
མོའི་ཨ་ཅེ་དང་མ་རྒྱམས་བལྟར་འོང་ཆོ། ངས་ཁྱོད་ཆོ་མི་ཤེས་ཁྱོད་ཆོ་སུ་ཡིན་ཟེར་
ཞིང་བྱིམ་མཆོས་རྒྱམས་ཀྱང་གཏན་ནས་མི་ཤེས། སྔོན་ཟས་གཡོ་བ་ཙམ་ལས་བྱ་བ་
གཞན་ཆེར་མི་ཤེས་ཀྱང་ད་ལྟ་ལས་ཀ་མང་པོ་ཤེས། སྔོན་ཏུ་རིགས་གྱི་ཤ་ཐམས་
ཅད་བཟའ་ཡང་ད་ལྟ་ཏུ་ཤ་ཟ་བ་ལྟ་ཅི་རིག་ཀྱང་མི་འདོད། ད་སྔོན་ལོ་གཉིས་ཙམ་
གྱི་རིང་ལ་མོ་རང་གི་ཟས་ལོགས་སུ་བཟོས་ནས་ཟ། སྐད་གདངས་ནི་ཅིན་སུན་གྱི་
ཡུལ་མིའི་སྐད་གདངས་རང་རེད་འདུག། ཨ་ཞང་དུ་སྤོང་གིང་ཕན་དུ་སྤོང་སྐབས་སུ་
མོ་ཞིག་རྒྱན་དུ་རྗེས་སུ་འབྱུངས་ཏེ་འགོ་བ་དེར་གནས་གྱི་བཟོ་བ་མང་བོས་མཐོང་
ངོ།

དེ་ཆོང་ཆོའི་ལམ་འཁྱིད་བ་བྱིས་སུས་ཡུས་ནད་དུ་འོང་ནས་མོ་སྟོ་རྩར་དུ་ཞིང་འདུག་
ནད་དུ་འོང་མི་བདུབ་ཟེར། དེད་རྒྱམས་སྒྲོར་སོང་ནས་བལྟས་ཆོ་མོ་སྟོ་འགྲམ་གྱི་ཀ་
བ་ཞིག་ལ་བསྟེས་ནས་མིག་ཆུ་ཁྲོམ་ཁྲོམ་བཞུར་གྱིན་འདུག་སྟེ་དེད་རྒྱམས་གྱིས་
མོའི་སྔོན་གྱི་ལོ་རྒྱས་གཙར་འདྲི་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་པ་མོས་ཤེས་ཤིང་དེའི་ཤེན་གྱིས་སྔོན་
གྱི་ཁྱིམ་སོགས་དུན་པ་ཡིན་འདུག། དེར་མོ་ལ་སེམས་གསོ་དང་དྲི་བ་བྱས་པས་མོས་



སྐྱུ་ལ། ངའི་ཁྱིམ་ཅིན་ཕུན་ཤོས་ལམ་གསར་པ་ན་ཡོད། ངའི་མིང་ལ་གྲོས་ཚུན་
 ཉེད་ང་མའི་མིང་ལ་ཆེ་ཡེ་ཞེས་ཟེར། ང་ལོ་བརྩོ་བརྒྱད་ལོན་ཆེ་ཅིན་ཕུན་དུ་འབྱུག་པ་
 ལངས་པས་ང་ཆོ་ཉ་པའི་གྲུ་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྲོས་པ་ཡིན། མཆོ་ཐོག་ནས་ཕུན་རིང་.....
 འགོར་བས་གོགས་ཐམས་ཅད་ལྟོགས་གྱིར་གྱི་ཅི་ཞིག་ན་ང་ཡང་བརྒྱལ་ཏེ་དུས་
 གང་ཙམ་སོང་མ་གཤིས་པར་བྱེ་མན་རྩལ་མཆོམས་སུ་འབྱོར། དེ་ཆོ་ཉ་པ་ཞིག་དང་.....
 འབྲད་དེ་སློག་སྒྲོབ་ཞུས་ཀྱང་སྒྲར་ཡང་མཆོ་ནང་དུ་དོར་ནས་སོང་ངོ་། །མོས་དེད་
 རྒྱམས་ལ་གང་མ་ལེགས་པར་འཆད་འདོད་འདུག་ཀྱང་དུ་ཞིང་མཆི་མས་བརྒྱུད་ས་
 བས་ཤོད་དུ་མི་བརྟུམ་སྟེ་དེ་མཆོམས་ལག་གཉིས་ཀྱིས་གདོང་བཀལ་སྟེ་ཁྱིམ་དུ་
 བརྒྱགས་སོང་བས་དེ་ཉིན་དེད་ཆོས་དེ་ལས་འདྲི་མ་ཐོད་པས་འོང་ཁར་གལ་ཏེ་རྗེས་
 མང་ཆོ་འདིར་འོང་ན་ཁྱེད་ལ་བྲེང་བ་ཞིག་འབུལ་ཞེས་སྐྱུས་ཏེ་སྒྲར་ལོག་གོ།

བྲོས་སྐྱུ་ཡོས་ཀྱང་དེད་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་ལོག་སྟེ་རྒྱུད་ས་འཁོར་འབབ་ཆོགས་སུ་
 འགོ་བའི་ལམ་ནས་ཁོང་གིས། ལར་བུ་མོ་འདི་སློག་བརྒྱབས་ཏེ་གསོན་དུ་རུང་བ་
 ཡིན་ཏེ། མོ་གྲུ་ཐོག་ནས་ཉ་པ་དང་འབྲད་ཆོ་མོས་ཉ་པ་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་ངའི་སློག་ཐེངས་
 གཅིག་སྒྲོབས་དང་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་མའམ། སུའི་རྒྱུར་མའམ། ཐ་ན་བཟོ་མོ་བྱ་དགོས་
 ཀྱང་བྱེད་ལ། གྲུ་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གསེར་རྒྱམས་ཀྱང་ཁྱེད་ལ་འབུལ་ཞེས་སྐྱུས་ཀྱང་
 ཉ་པ་སྟེང་རྗེ་མེད་པ་དེས་གསེར་རྒྱམས་ཐོགས་ཏེ་སུ་མོ་མཆོ་ནང་དུ་འཕངས་པས་གྱི་
 པ་རེད། མི་རིང་བར་ཉ་པའི་ཁྱིམ་མི་ཐམས་ཅད་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་གྱི་
 སྟེ་གཅིག་ལུས་པ་དེ་འང་སྒྲོན་པར་གྱུར་སོང་བས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པ་དེས་བར་བསྐྱུ་
 མེད་དུ་འདུག་གོ། །ཞེས་ཟེར་རོ།

ད་ལོ་རྒྱ་བ་བརྟན་པའི་ནང་དགེ་བསྟེན་ཤོང་ཅེས་ཕུན་ཉིས་མེ་རུ་ཆོས་གོགས་རྒྱམས་
 ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟོད་དབྱངས་ཀྱི་གདངས་སྒྲོབ་དུ་ཐེབས་སྐབས་སྒྲོབ་དཔོན་

ཅོས་ལུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དེ་བསྟན་པ་ས་ཤོང་ཅེས་སུན་ཡང་ཡ་མཚན་ནས་བལྟར་འདོད་
 ལ་དེ་གྱིས་སྟོན་ནས་བྱང་བ་སྦྱིན་པའི་ཆད་བྱས་ཡོད་པས་དེ་ན་རྣམས་སྤར་ཡང་མེ་
 ཉོབ་ལ་སོང་། ཤོང་ཅེས་སུན་སྟོན་ཅིན་སུན་དུ་སྟོད་མྱོང་བས་དེ་གའི་གྲོང་གི་བཟོ་
 བཀོད་དང་ལུལ་ལུགས་སོགས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཆེད། ཉིན་དེར་ཆར་འབབ་གྱིན་
 འདུག་པས་གྲོས་གིག་ཏེ་ཞིང་ནང་དུ་ལས་ཀར་མ་སོང་བས་འཕྲད་ཐུབ་པ་བྱུང་ལ་མོ་
 རང་ལ་འང་སྟོན་ལྟ་སྟེ་མི་བདེ་བ་ཆེར་མི་འདུག་དང་པོ་བྱང་བ་དེ་མོ་ལ་བྱིན། དེ་
 བས་ཐད་ཀར་འདྲི་མ་ཡོད་པས་ཐོག་མར་སངས་རྒྱས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་སྟོར་གྲོང་།
 དེར་སྤྱོད་མོ་ན་རེ། ང་རང་རྒྱང་དུ་འོ་རྒྱལ་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་དད་ཅིང་དྲུའི་བར་
 དུ་འང་ག་མི་ཟ། ཅི་འདྲའི་བྲེལ་བ་ཆེ་ན་འང་སྤྲོད་གོང་དུ་སངས་རྒྱས་ལ་བྱུག་འཚལ་
 བ་སོགས་བྱེད་ཅིང་ཡོད། ངས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་
 ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་སྟེ། མི་དགེ་བ་བྱེད་མཁན་ལ་རྣམ་སྦྱིན་བདེ་བ་འོང་རྒྱ་མེད་དེས་
 རེད་ཟེར། དེ་དང་བསྟུན་ནས་དྲིས་པ། འོ་ན་ཅིན་སུན་ན་ལྟ་ཁང་ཡོད་དམ། གཞན་
 དུ་ཡོད་མེད་མ་ཤེས་ཀྱང་། དེ་དུ་གྱི་ཁྱིམ་ན་སྦྱོར་རས་གཟིགས་གྱི་མཚོན་ཁང་ཡོད།
 དེར་བྱུག་འཚལ་བ་སོགས་བྱེད་ལ་ཁྱིམ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལ་གུས་པ་
 ག་སྟག་ཡིན་ཟེར། འོ་ན་ཁྱོད་གྱིས་ཅིན་སུན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་དྲན་ནམ། དྲན་
 ཡང་ཐམས་ཅད་འདས་ཟིན་པས་སྤར་གྲོང་བ་ལ་དགོས་པ་མི་འདུག་གོ། གལ་ཏེ་
 འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ལ་པ་མ་རྣམས་འཚོལ་གྲོགས་བྱས་ན་ཅི་སྟེ་ཁྱོད་འདོད་དམ།
 དེ་ལྟ་ན་དེད་གིན་ཏེ་དགའ་ཡང་གྲོགས་བྱེད་མཁན་མེད་ལ། གལ་ཏེ་བཙལ་ནས་
 རྟེན་ཀྱང་ངའི་ལུས་འདི་ཅིན་སུན་ན་སྟོད་སྤབས་གྱི་ལུས་དེ་མ་ཡིན་པས་ཁོང་ཚོས་
 ཀྱང་ངོ་ཤེས་དགའ་ཞེས་ཟེར་ཏེ་མིག་མཐའ་མཆི་མས་གང་ནས་བྱུང་། དེ་ཆོངས་



ཤོང་ཅེས་སྐྱོན་དག་བསྐྱེན་ལ་མཛུབ་མོ་བསྐྱེན་ནས་སྐྱས་པ། ཤོང་ཅེན་སྐྱོན་དུ་ཡུན་
 རིང་སྔོན་སྔོང་ལ་དེ་གའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མང་པོ་ཤིས། ཤོང་གི་གྲོགས་མང་པོ་ད་ལྟོ་འང་
 ཅིན་སྐྱོན་ན་ཡོད་པས་ཁྱེད་ལ་གྲོ་བྱས་ན་ཅི་འདོད་དམ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་པ་མ་དག་
 རྟོན་ན་ཁྱོད་སྐྱར་ཅིན་སྐྱོན་དུ་ཡོག་ནས་ཤོང་ཆོ་མཇལ་བྱའ་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་
 ཀྱིས་པ་མ་དག་ངོས་ཟིན་ནམ། མོ་ན་རེ། ངོས་ངོས་པར་ཟིན་ཏེ། གལ་ཏེ་འགོ་རྒྱ་
 བྱུང་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ང་ལ་གྲོགས་བྱས་ནས་སོང་ན་ཅི་འདྲ། ཅི་སྟེ་འགོ་རྒྱ་བྱུང་ན་
 དས་ཁྱོད་ལ་གྲོགས་བྱས་ན་ལེགས་ཅེས་སྐྱས་སོ། །དེ་མཚམས་དེད་རྒྱམས་ཀྱིས་ལོ་
 རྒྱུས་ཞིབ་པར་དྲིས་པས་མོས་སྐྱས་པ། དེད་ལོན་བཙོ་བརྒྱད་དུ་སོན་པའི་ལོ་དེར་མེ་
 རྩོག་འབྲུག་པ་ལས་གཡོལ་ཆེད་དུ་ཅིན་སྐྱོན་ན་སྔོན་པའི་དམག་དཔུང་རྒྱམས་བྱོས་
 འཐོར་བྱ་རྒྱ་ཡིན་པ་ཐོས་ཏེ་ཡུལ་མི་རྒྱམས་སྐྱགས་ཏེ་སོ་སོར་ཉ་པའི་གྲར་ཁྱགས་ཏེ་
 བྱོས། དེད་ཀྱི་ཁྱིམ་མི་རྒྱམས་ཆོང་ལས་གཉེར་པ་ཡིན་པས་དེད་ཆང་ལ་ཉ་གྲུ་མེད་
 པས་དེད་བྲེལ་རྩལ་ངང་པ་མ་གཉིས་དང་གཉིས་ཏེ་གཞན་ཞིག་གི་གྲར་ཁྱགས་ཏེ་བྱོས།
 དེ་ཉིན་པ་མ་སོགས་དང་གཉིས་རྩེས་སྐྱར་མི་འཕྲད་པ་ནི་མ་ཤིས། དེད་རྒྱམས་བྱོས་
 ཕྱིན་པའི་ཉིན་དེར་པར་བྱོགས་ནས་མེ་རྩོག་གི་སྒྲ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཐོས། གྲུ་མཚོ་ནང་
 དུ་ཕྱིན་པ་ན་ལམ་སྟོར་ཏེ་གར་འགོ་འདིར་འགོ་མ་རྟེད། མི་མང་པོ་སྟོག་གིར་གྱི།
 ཉིན་དུ་ཅམ་སོང་མ་ཤིས་པར་གྲུ་རྒྱས་ཁྱེར་ཏེ་མཚོ་གླིང་གི་འགམ་དུ་འབྱོར། དེ་ཆོ་
 དེར་གྲུ་གཞན་རྒྱམས་ཀྱང་ཁྱེར་ཏེ་བྱུང། མི་མང་པོས་གྲུ་བོར་ཏེ་རྒྱ་ལ་རྒྱལ་ནས་པར་
 འགམ་དུ་སོང། ད་གྲུ་ནང་དུ་བརྒྱལ་ཏེ་ཡུས་ཆོ་ཉ་གྲུ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཉ་པས་བརྒྱལ་
 པ་ལས་བསྐྱངས། དེ་ཆོངས་སྟེ་ཕན་གིས་སྟེ་འབྱོར་པ་ཡིན་པ་གཟོད་ཤིས། ཉ་
 པས་རྒྱ་མཚན་དྲིས་པར་གཏམ་སྒྲ་གསང་མེད་པར་བཤད་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཞིང་།
 དེ་མཚམས་ཡང་མིག་རྒྱ་གར་གར་དུ་བཞུར་དེ་བྱུང།

འོ་ན་དེ་ཚེ་ཉ་པས་ཁྱོད་གྱི་གསེར་རྣམས་སྟོག་ནས་ཁྱོད་མཚོ་ནང་དུ་འཕངས་པས་
 སྤྱི་མའི་ཁྱིམ་མི་ཐམས་ཅད་ཤི་ནས་སྟོན་པ་ཞིག་ལས་མ་ལུས་ཞེས་པ་བདེན་ནམ།
 གཏམ་དེ་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་བོས་སམ། གསེར་ཐམས་ཅད་དཔེ་མ་ཡིན་མི་གཞན་མང་
 པོ་ཞིག་གིས་ཁྱེད་ཉེ་འདས་པ་རེད། ཁོའི་ཁྱིམ་མི་རྣམས་ཤི་བ་བདེན་ཡང་དེ་ནི་
 དང་ལྷན་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་སྟེ། ང་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་དང་
 མཁན་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་དོ། །ཡང་དེས་པ། འོ་ན་ཁྱོད་ཁྱིམ་འདིར་མ་འོངས་
 པའི་སྐར་གང་དུ་བཞུད། མོས་སྒྲུས་པ། སྤྱི་ཐུབ་གང་གི་ཉེ་སྡོད་གྱིང་བཞུགས་དུ་བཞུད་
 དོ། །དེ་ནས་ཅིན་མེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་པར་དེས་པས་ལན་བཏབ་པ་རྣམས་
 ཤིན་ཏུ་འགྲིག་པ་བྱུང་། མོ་༡༧༥༧ལོར་ཅིན་མེན་ནས་བོས་སྤྱིན་པ་ཡིན་འདུག་དེ་
 བས་འོང་ཁར་དེད་རྣམས་ཀྱིས་མོ་ལ་སེམས་གསོ་བྱས་ཤིང་མོ་དང་མཉམ་དུ་འབྲ་
 པར་ཞིག་ཀྱང་སྤངས་ཏེ་སྐར་ལོག་ལུན་ལང་ཡོད་པའི་བྱ་ལེན་ཡན་གྱིས་དེད་རྣམས་
 སྟེལ་མ་བྱེད་སྐབས་ལམ་ནས་སྐར་ཡང་ཁོའི་མའི་ལོ་རྒྱུས་བྱོང་སྟེ། ཁོ་ན་རེ་དཔེ་མ་
 མེ་ཉལ་ས་ཆ་རང་དུ་སྒྲུབ་ཤིང་རྒྱུད་དུ་ནས་འདིར་སྟོད་པ་ལས་ཉེ་སྡོད་དང་ཅིན་མེན་
 དུ་གཏན་འགྲོ་མ་བྱོང་བཞིན་ས་ཆ་དེ་དག་གི་རྒྱུས་མངའ་བ་དང་། ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་
 མི་ཤེས་ལ་ལུས་ནི་མའི་ལུས་རང་ཡིན་ཡང་མོ་ལུན་ལང་ཡོ་མེན་ཟེར་བས་དེད་ཅི་བྱ་
 གཏོ་ལ་མེད་དུ་བྱུར། ལོ་དེར་དེད་སྟེ་ལུས་བཞུགས་དུ་དབྱར་ཁོའི་སྐར་ཚོགས་ལ་ཞུགས་
 སྐབས་དེད་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་ཅིན་མེན་གྱི་མི་ཞིག་ཡོད་དེ། ཁོའི་སྐད་གདངས་ནི་
 གཞན་རྣམས་དང་མི་འབྲ་བ་ཞིག་འདུག་སྐར་ཁྱིམ་དུ་འཕྱོར་རྗེས་མ་ནད་ལས་གྲོལ་
 བས་སྐད་གདངས་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་བྱུར་སོང་ལ་ཅིན་མེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མང་པོ་ཤེས་
 པས་ཅིན་མེན་གྱི་མི་ཞིག་ཡིན་པེས་དེད་ཅེས་ཟེར་དོ། །



ལོ་རྒྱུས་དེའི་མཇུག་ཏུ་འདི་ལྟར་བྲིས་འདུག་ཟེ། དེད་ཀྱིས་མི་རྒྱུས་ལ་མཚན་ཏེ་བྲ་
 མོ་དེར་བལྟ་བར་འགྲོ་བའི་ཆེད་དུ་ལོ་རྒྱུས་འདི་བྲིས་པ་མ་ཡིན་གྱི། བར་བའི་གཞུང་
 ལས་གསུངས་པའི་རྒྱ་འབྲས་དང་རིགས་དྲུག་གི་རྒྱུ་གཞི་གསུངས་པའི་བར་དོན་
 ལ་གནས་པ་ཞིག་གོ་ཞེས་ཤིས་པའི་ཆེད་དུ་ལོ། ཞེས་སོ། །དེས་ན་ལོ་རྒྱུས་འདི་ནི་
 མངོན་སུམ་དུ་བལྟར་ཡོད་པའི་སྐབས་དེ་ཉིད་དུ་བྲིས་ནས་ལྟེ་ལན་གྱི་ད་ལྟའི་ནང་
 བལྟན་ཞེས་པའི་དེབ་ཏུ་བཀོད་ནས་ཀྱན་ལ་བསྒྲགས་པ་ཡིན་པས་ཡིད་བརྟན་པེལ་
 བར་མངོན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཨ་རིར་ཡང་ལོས་ལན་ཤིས་ཞེས་པའི་བྲ་མོ་ཞིག་གི་
 ལུས་ལ་ཉེ་འདབས་སུ་ཡོད་པའི་ལོ་རྒྱ་ཁྱོ་བྲུག་གི་བྲ་མོ་ཆོ་དུས་བྲས་པ་མ་ལིས་ཞེས་
 པ་དེའི་རྒྱུ་ཤིས་ཞུགས་ཏེ་སྤར་གྱི་ཁྱིམ་དུ་སྤོད་མི་འདོད་པས་མ་ལིས་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་
 སྤོས། མ་ལིས་ཆུང་དུའི་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་བདེན་པ་ལོ་
 བར་བྱང་བས་ཁྱིམ་མི་དག་གིས་མ་ལིས་ཉིད་ཀྱི་ཡང་སྤྱད་ཡིན་པའི་ཡིད་ཆེས་ཐོབ།
 དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་ཙམ་དུ་གནས་ནས་སྤར་ཡང་སྤར་གྱི་ལོས་ལན་ཤིས་ཉིད་དུ་གྱུར་
 ཏོ། །

ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོའི་དབྱིད་ཀར་རྒྱ་གར་ན་ལོ་གསུམ་དང་བྱེད་ལོན་པའི་བྲིས་པ་
 ལ་སུ་པེ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཆོ་དུས་བྲས། ཁྱིམ་མི་དག་གིས་སྤར་འདུག་བྲ་བའི་
 གྲབས་བྲས། བྱིར་ཉིན་ཞོག་བར་བྲིས་པ་སྤར་གསོན་བྱང་བས་པ་མ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་
 དགལ། ལོན་གྱང་བྲིས་པ་ནི་མི་གཞན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་ཟེ་སྤར་ནི་རིག་པ་བརྟུལ་
 ཞིང་རྒྱད་འཇམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་གྱང་ཞིང་སེམས་སྦྱིད་པོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེར་མ་
 ཟད་ཁོའི་ཁྱིམ་ལུལ་ལྟེ་ཤིས་ཉིས་ན་ཡོད་ཅིང་མིང་ལའང་སོ་པེ་ཏེ་ཞེས་བྲ་ཟེར། སོ་
 པེ་ཏེ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཡིན་ལ་ཁྱིམ་འདི་དམངས་རིགས་ཡིན་པས་ཁྱིམ་མི་རྒྱུས་
 དང་ཟས་མཉམ་དུ་བཟར་མི་འདོད། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བྲིས་པ་ནད་ཀྱི་དབང་གིས་

མེམས་འབྲུག་ས་སོ་སྟེ་དུ་བསམས་ནས་ཡིད་འཛིག་ཆེར་མ་བྱས། འོན་ཀྱང་ཉེ་
 འདབས་ཀྱི་བྱམ་ཟེའི་རིགས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཅིག་བོས་ཏེ་བྱིས་པར་ཟས་གཡོ་བཞོལ་
 བྱེད་དུ་བརྟུག། ༡༧༥ ལོར་ཡུལ་སྡེ་གིས་ཏེས་ཀྱི་བྱམ་ཟེའི་རིགས་ཀྱི་བྱང་མེད་ཅིག་
 འོངས་པ་བྱིས་པས་མཐོང་མ་ཐག་ངོ་གིས་ནས་ཁུ་བོའི་རྒྱང་མ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བས་
 ཐམས་ཅད་ཡ་མཚན། བྱིས་སུ་བྱིས་པ་ཡུལ་སྡེ་གིས་ཏེས་སུ་བྱིད་དེ་བརྟུག་དབྱང་
 བྱས་པས་སོ་མེ་ཏའི་ཐོད་གནས་དང་བྱིམ་མི་སོགས་མང་བོ་ངོས་ཟིན། སོ་མེ་ཏ་གི་
 པ་དང་བྱིས་པ་ཡུ་སུ་མེ་སྒྲར་གསོན་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་། བྱོགས་གཉིས་
 ཀའི་བྱིམ་མི་རྣམས་ཀྱིས་སོ་མེ་ཏ་ཉིད་ཡ་སུ་མེའི་ལུས་ལ་ཞུགས་པས་མི་གཉིས་གང་
 ཟག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བར་སེམས། ཡུ་སུ་མེ་ཡང་བྱིམ་གཉིས་ཀར་འགོ་ཐོད་བྱེད་དོ།
 དེ་རྣམས་ནི་ལས་སོགས་ཀྱི་ཉན་གཞན་གྱི་དབང་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོམ་པའི་
 སྟོབས་ཀྱིས་གྲོང་འཇུག་བྱས་ཚུལ་ནི་མར་པ་ལོ་ཙཱའི་སྤྲས་དར་མ་མདོ་སྡེ་ལྟ་བུ་ཡིན་
 ཏེ། དེ་ཡང་མར་པའི་རྣམ་ཐར་ལས། དེ་ནས་སྤྲས་ནང་དུ་གདན་དྲངས། ཡཔ་ཡུམ་
 སུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱར་ནས་བཞུགས་པ་ལ། ཉ་མ་དཔལ་མོ་ལ་སོགས་པ་
 དད་ཅན་འགས། མེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གྲོང་འཇུག་མཛད་པར་བྱ་ཞེས་པས། སྤྲས་
 ཀྱི་ཞལ་ནས། འོ་ན་མ་བསྒྲོམས་པར་སངས་རྒྱ་པ་འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གི་གདམས་པ་
 འདི་བོད་དུ་དར་བ་ཞིག་འདོད་ན། བྱེད་གཙང་མའི་རོ་ལ་སྤྲ་མེད་པ་ཞིག་ཆོལ་
 གསུངས་པས། དེར་སུ་སྟོབ་རྣམས་ཀྱིས་བྱོགས་བཞིར་ཁ་བཀྲམ་ནས་བཙལ་བས།
 མ་བསྒྲོམས་པར་སངས་རྒྱ་པ་འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གི་ཆོས་བོད་དུ་དར་བའི་སྐལ་བ་
 མེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྤྲས་པ་ཁྱོ་ཀའི་རོ་སྤྲ་མེད་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མ་རྟོན། སྟོབ་མ་
 སྤྲགས་པ་ཅིག་གིས་ཀླན་མོ་སྤྲ་བ་ལོག་ནས་གི་བའི་རོ་ཅིག་ཁུར་བྱུང་སྟེ། འདི་ལ་



འཕོ་བ་ཁུ་ཁུ་པས། འགྲོ་དོན་མི་རུས་པས་མི་འཕོ་གསུང་། མ་འཕོས་པས། ཡང་
སྒོ་བ་མ་ལུག་ཇི་ཅིག་གིས། ལྷ་ཁང་གོག་པོ་ཅིག་གི་ནང་ནས། སུག་རོན་ཁྲིས་དེད་
དེ་ཏར་ནས་གི་པའི་རོ་ཅིག་རྟེན་པ་བྱེད་བྱུང་སྟེ།

འདི་ལ་འཕོ་བ་ཁུ་ཁུ་པས། ཏུད་འགྲོ་ལ་འཕོས་ཀྱང་འགྲོ་དོན་མི་འོང་། ང་སྒྲེ་བ་
ཇི་དམའ་ལ་བཏང་བ་ལ་བྱེད་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དམ། ང་སུག་རོན་ལ་མི་འཕོ་གསུང་།
འཕོ་རུ་མ་འདོད་པས། དེར་སྒོ་བ་མ་འགའ་དང་ལུག་ཇི་ལོག་ལྷ་སྒྲེས་ཏེ། སྒྲེས་
མཆོག་མར་བ་ལོ་ལྷ་ལ་ཆོ་ག་ཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱ་པའི་གདམས་ངག་ཡོད་
ཟེར་ཏེ་མི་བདེན་པ་འདུག་གོ། །སྒར་སྒྲེ་མ་རང་གིས་མཛད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་མིག་
འཕྲུལ་ཡིན་པ་འདུག་ཟེར་བྱུང་པས། དེར་སྒྲེས་ཀྱི་ཞལ་ནས། སྒྲིར་བྱིས་རྒྱ་གར་
ནས་བསྐྱར་བའི་ཆོས་ལ་མི་བདེན་པ་ག་ལ་སྟི། སྒྲོས་སུ་ཡང་པ་རོས་གསུངས་པའི་
ཆོས་ལ་མི་བདེན་པ་ག་ལ་སྟི། སྒྲེ་མ་ལ་ལོག་ལྷ་མ་བྱེད། སྒྲེ་མ་ལ་ལོག་པར་
བལྟས་ན་ངན་སང་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

ད་སྒྲིར་བྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲོས་སུ་ཡང་པ་རོས་
གསུངས་པའི་ཆོས་རྣམས་བཀའ་བཅན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་སྒྲོས་ལུག་ཇི་ཁྱོད་
སོགས་ངན་སང་ཏུ་མི་ལྟར་བའི་ཕྱིར་དུ། ངས་སུག་རོན་ལ་འཕོ་བར་བྱུངོ། །དེ་ལ་ད་
ལྟར་བསྐྱེད་རིམ་ལ་ཡོད། ཇོགས་རིམ་ཏུ་བསྐྱས་ནས་འཕོ་བ་ཡིན། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་
ངར་ནས་འཕོས་ན་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་བསད་པའི་ལྷ་དང་བའོང་བ་ཡིན་པས། ངས་ཇོགས་
རིམ་ཏུ་བསྐྱས་ཀྱིས། སུག་རོན་དེ་ངའི་སྒྲེས་མགོར་ཞོག་ལ་མཆོད་པ་གོམས་གིག་
གསུང་པ་ལྟར་མཆོད་པ་བཤམས་ནས། སྒྲེས་ཀྱིས་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་བཏབ་ཆོ།
དགོས་པ་དོ་ཇི་སྒྲུལ་པའི་ལྷ་དགུ་ཁྲ་ལམ་མེ་ཡོད་པ། ཐམས་ལ་བ་ཀུན་གྱིས་ཀྱང་
མཐོང་བར་བྱུང་ངོ། །ཇོགས་རིམ་ཏུ་བསྐྱས་ནས་འཕོ་བ་མཛད་ཆོ། སྒྲུའི་མདངས་

ཡལ་སོང་བ་དང་། ལུག་རོན་རྩེ་ཟད་འགྲུལ་བ་བྱུང་། སྤུས་སྤྱི་ཡལ་བ་དང་། ལུག་
 རོན་ཏར་ལངས་ནས་སྤྱག་ཅིང་། ཡབ་ལུམ་གཉིས་ལ་བྱག་འཛལ་བའི་ཚུལ་དང་
 བསྐྱར་བ་གསུམ་བྱས་ནས། གྲོ་བོ་ལུང་གི་སྤྱན་ཡར་འཕུར་སོང་བ་ལས། ཡབ་ཀྱི་
 ཞལ་ནས། ལུ་ཚུར་ལོག་ཤིག་ཅིག་གསུངས་པ་དང་། འགྲོ་བའི་འཕྲོ་ལ་ལོག་བྱུང་ཞྭ།
 སྤུས་མཁར་ལ་བསྐྱར་བ་གསུམ་བྱས་ནས་ཡབ་ཀྱི་སྤྱད་བུང་གཡས་པའི་སྤྱིང་དུ་
 བབས་ནས་བཞུགས་པར་གདའ། དེར་ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ནས། བདག་མེད་མ་འོ་སྒོལ་
 ལ་ལུ་ལུག་རོན་ལ་རེ་བའི་དུས་བྱུང་བས། ད་མཚོད་ཁང་དུ་གདན་དྲངས་ལ་མཚོད་
 པ་ལུ་ཅིག་གསུང་། དཔུ་ཅེར་གདན་དྲངས་མཚོད་པ་ལུ་ཏེ་བཞུགས་སུ་བཅུག །
 ལུར་དང་གཤེགས་རྫོངས་དུས་གཅིག་མཛད་པ་ལས། སྤུས་ཀྱིས་ལུར་ཁང་བཅིགས་
 བས་ཡབ་དང་ལུ་ཆེན་རྒྱམས་ཀྱིས་མེ་མཚོད་མཛད་པས། སྤྱེགས་བཞི་མཚམས་
 བརྒྱད་ནས་འོད་ཟེར་མི་འདྲ་བ་སྤྱད་བརྒྱད་ཟུག ལྟ་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་སྤྱད་དང་། རོལ་
 མོ་སྤྱ་ཆོགས་དང་། མེ་ཏོག་སྤྱ་ཆོགས་ཀྱི་ཆར་བབས་པ་མིས་མཛོན་སྤྱུམ་དུ་མཐོང་བ་
 བྱུང་། དེའི་ཆོ་འཕྲོ་བ་མཛད་པའི་ལུག་རོན་དེ་དར་ལམ་ལ་གདན་དྲངས་པ་ལ་ཡབ་
 ཀྱི་ཞལ་ནས། ལུ་ལུར་ཁང་ལ་བསྐྱར་བ་ཀྱིས་ཤིག་གསུང་བ་ལྟར། ལུག་རོན་ཀྱིས་
 ལུར་ཁང་ལ་བསྐྱར་བ་མཛད་པས། དེར་ཆོགས་པའི་སྤྱེ་བོ་རྒྱམས་ལ་མཚོན་ཞིང་རོ་
 མཚར་ཆེ་བས། ལུ་མ་ཡབ་སྤུས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྤྱེས་པར་གྱུར་ཏོ། །
 དེའི་ཆོ་ལུམ་བདག་མེད་མ་གང་ནས་བྱུང་ཆ་མེད་ལ་ཐེབས་ཏེ། ལུར་ཁང་དུ་མཚོང་
 གཤམ་མཛད་པ་གྲུ་བ་རྒྱམས་ཀྱིས་བཟུང་བའི་ཆོ། ང་མེ་ལ་མཚོང་དུ་མི་འཇུག་ཅུང་།
 ལུའི་ལུར་ལ་བསྐྱར་བ་བྱེད་དུ་ཚུག་གསུང་། བཤུམས་པ་དང་བཅས་སྤྱེགས་འཕྱུང་
 བའི་གསུང་སྤྱ་ཆོགས་འདོན་ཞིང་ལུ་ཆེན་རྒྱམས་ཀྱིས་སྤྱི་སྤྱིར་ཏེ་ལུར་ཁང་ལ་བསྐྱར་



བ་མཛད་པས། དེ་ལ་བརྟེན་ཕྱོད་བྱས་གི་མི་དེར་འདུས་པ་ཐམས་ཅད་མཆི་མ་མ་གོར་
 བ་གཅིག་གྱང་མེད་དོ། །དེ་ནས་མཆོད་འཕུལ་རྣམས་གྲུབ་པའི་ཆེ། རྗེ་མར་བ་
 དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་ཏེ། སྤྲེལ་གྱི་འགྲོ་དོན་གང་ན་ཡོད་གཟིགས་པས། རྒྱ་གར་
 ན་ཡོད་པ་མཐུན་ཏེ། སྤྲེལ་རོན་ལ་མཆོད་པ་སྤུལ་ཞལ་བཀོད་མཛད་ནས། ཁྱོམ་
 ཀྱན་གྱིས་མཐོང་སར་རྒྱ་གར་ལ་འཕྱར་བཏང་སྟེ། དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་པ་ལས།
 སྤྲེལ་འཛི་ཞལ་ནས། བདག་མེད་མ་མཆོད་པ་རྟིང་པ་རྣམས་བསྟུལ། གསར་བ་ཤོས་ས་
 ཤིག་ངའི་བུའི་ལམ་ནོར་གསུངས་ཕྱག་ཐལ་མོ་བདད་པས། དུས་གཏུམས་ནས་
 དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་པས། ཉི་མ་དགོངས་མོར་སོང་བ་དང་སྤྲེལ་རོན་དེ་ཐང་ཆད་
 པའི་རྩལ་དང་བཅས། ཡབ་ཀྱི་པང་དུ་བཅུངས་ཐུང་བས། དོ་ལུབ་སྤྲེལ་རོན་མཆོད་
 ཁང་དུ་གདན་དྲོངས་ལ་མཆོད་པ་སྤུལ་གསུང་པ་ལྟར། མཆོད་ཁང་དུ་གདན་དྲོངས་
 མཆོད་པ་སྤུལ་བས། བར་བར་ཡང་མི་མང་པོ་ཆོག་ས་པའི་སར་སྤྲེལ་རོན་དེ་གདན་
 དྲོངས་ཏེ། ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ནས། བུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཁ་སང་གི་ལམ་དེ་ནོར་བ་ཡིན་ནོ། །ད་
 དྲུང་ཡང་གཡོན་རི་དུག་སྒྲུལ་ཐུར་དུ་རྒྱག་པ་འདྲ་བ་འདི་ལ་ཕྱིན་ན་སྤྲུང་ཡང་སྟ་
 རྟེན་གས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་སྒྲེབ་འོང་བས་དེ་ལ་མ་འཁྱི་བར། གཡས་རི་གྲང་པོ་ཆེ་བྲེས་ན་
 ཉལ་བ་འདྲ་བ་འདིའི་རྒྱུད་ལུང་ལ་སོང་ཞིག །འདིའི་རི་རྒྱུད་རྫོགས་མཚམས་སྤྲུལ་
 དམ་གྱིས་འོད་ཀྱི་ལམ་སྟེ་ཅིག་ཡོད། དེའི་ཕྱི་བཞིན་བྱོན་པས། བསེལ་བ་ཆལ་གྱི་
 དྲུང་ཁྱོད་ན། ཐམ་ཟེའི་ཁྱེའུ་ལོ་བརྩལ་གསུམ་ཙམ་ལོན་པའི་རོ་སྟེལ་བ་དང་བྲད་འོང་
 བར་འདུག་པས། དེ་ལ་གྲོང་འཇུག་མཛོད་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛོད་ཅིག་
 གསུངས་པས། སྤྲེལ་རོན་དེས་ཡབ་ལྟམ་ལ་བསྐྱོར་བ་ལན་གསུམ་དང་། ཕྱི་ཕྱག་གི་
 རྩལ་དུ་དབུ་གྲག་གྲག་པ་ལན་གསུམ་མཛད་ནས། ཡབ་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་འཕྱར་
 སོང་བས་མི་ཀྱན་མཆི་མ་གོར་ཞིང་། གྲོང་འཇུག་ལ་ངེས་ཤིང་འདྲོངས་པས། རྗེ་

བཅུ་མར་པ་ལ་ཀུན་གྱིས་སངས་རྒྱུ་དངོས་སུ་མཐོང་བར་གྱུར་ཏེ། །དེ་ནས་ལྷག་
 རོན་དེ་ཡབ་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་བྱོན་པས། བར་ཆད་མེད་པར་བསེལ་བ་ཆོལ་གྱི་དུར་
 ཁྲོད་དུ། བུ་ཟེ་བཟང་མི་གཉིས་ལ་སུ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་གི་བའི་རྒྱུལ་བ་དང་
 ལྷག་སྟེ། ལྷུལ་མི་རྣམས་རོ་ཆོག་ས་ཕྱེད་ཆེ་ལེབས་པ། དེ་མ་ཐག་རོ་ལ་གྱོང་འཇུག་
 མཛད་ནས་བཞེངས་པས། རྒྱུལ་མི་རྣམས་འཇིགས་པ་ལས། ལྷར་ཡབ་ཀྱི་ལྷགས་
 རེས་བྱ་རྒྱད་བཏང་འབྲོད་ཅམ་མཁྱེན་པས་ང་རོ་ལངས་མིན་ང་རང་སོས་པ་ཡིན།
 བྱིམ་དུ་འགོ་གསུངས་པས། ཁོང་རྣམས་དག་འདྲགས་ཏེ་ལས་རོ་མཚར་དུ་གྱུར་པ་
 དང་ལྷེབས་བྱོན་པས། ལྷར་གྱི་བྱིས་པ་ཅིད་གྲོགས་རྣམས་ན་ཤེ། ཁོ་མ་གི་བར་
 འདྲག་ཟེར་མཛུན་དུ་བྱུང་། ལྷལ་མི་རྣམས་ན་ཤེ། རིམ་གོ་ལ་དུར་ཁྲོད་དུ་བྱིན་པར་
 འདྲག་ཟེར། ལ་མ་གཉིས་དང་བྱད་པས་འཛོངས་ཏེ་བརྒྱལ་བ་ལས་སངས་པ་དང་།
 གི་བ་སོས་པ་ལ་དགའ་ལྷགས་རི་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་དགའ་སྟེ། རྒྱུལ་མི་རྣམས་ལ་
 སོས་ལྷགས་རི་ལྟར་བྱུང་དྲིས་པས། ལུའི་རོའི་གམ་དུ་ལྷག་རོན་ཅིག་འཇུར་བྱུང་བ་
 དེ་མགོ་གྲག་གྲག་བྱས་གི་སོང་བ་དང་། ལུ་སོས་བྱུང་ཟེར་རོ། །ལ་མས་ལྷར་ལྟར་
 བཅེ་པས་རྒྱོང་ཞིང་འགྲོགས་པ་ལས། ལྷར་གྱི་སྤྲེའི་པས་གིས་རྒྱད་དལ་ཞིང་ཆོས་
 ལ་དཀར་བ། ལ་མ་ལ་གྲས་གིང་དཔལ་ལོངས་ལ་བྱམས་པ། དཀོན་མཆོག་ལ་མོས་
 གིང་དགོ་བ་ལ་བརྩོན་པ་ཞིག་འདྲག་པས། ལྷར་གྱི་སྤྲེའི་མིན་པར་གིས་ཏེ། རི་ལྟར་
 ཡིན་དྲིས་པས། ལྷག་རོན་གྱིས་གྱོང་འཇུག་བྱས་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུས་པར་བཤད་
 པས། རྒྱ་གར་གྱི་ལྷལ་དེའི་རྒྱད་དུ། ལྷག་རོན་ལ་ཏེ་སྤྲེའི་པས། དེ་ལ་ཡ་མཚན་
 པར་བྱས། མཚན་ཏེ་སྤྲེའི་པར་ཆགས་པ་ལས། ལུའི་འདུ་གིས་མེད་པར་སྤྲེའི་པར་ཏེ།
 ལྷན་ལྷན་གཉིས་པོས་ཞབས་ཏྲིག་བྱས་པ་ལས། ཆོ་འདིར་ཡང་སྤྲེའི་པར་འདུ་བའི་



པན་ཐོགས་བྱུང་ཞིང་། མཐར་ཐད་དུ་བྱུང་ནས་ཐོས་པས་མ་སྒྲོམ་གསུམ་མཛད་པས།
མཁའ་གྲུབ་ཀྱི་སྒྲུས་ཆེན་ཏེ་ཐུགས་དཔྱད་གསུམ་ཀྱི་ཕྱོད་པོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བྱུང་བར་གདུལ།
ཟུགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འདི་དག་ཕྱིས་རས་རྒྱུད་པ་ལ་ཏེ་ཐུ་པས་གནང་བ་ལགས་
སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

པའི་པ་རྒྱམ་ཤེས་ལུས་དང་གྲུས་ཏེ་ཕྱི་རོལ་དུ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པར་གནས་པའི་རྒྱལ་
གྲིས་བསྐྱབ་པ་ནི། ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་པའིན་ལས་གྲིས་རི་
ལྟར་འཕངས་པ་པའིན་རེ་ཞིག་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གནས་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་
སམ་ལུས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་རྒྱམ་ཤེས་ལུས་དང་བྲལ་ཏེ་ལུས་
ཀྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་ནས་རྒྱུར་རང་གི་ལུས་ལ་ལྟ་མོ་བལྟ་བ་དང་། ལུས་ལྟལ་དུ་
བཞག་སྟེ་རྒྱུར་རིང་པོར་འགོ་བ་དང་། ལུས་དང་གཏན་དུ་བྲལ་ཏེ་སྤྱིད་པ་བར་མ་
དོར་འགོ་བ་རྒྱམས་མི་སྤྱིད་པ་ལས་དེ་དག་མཛོན་སུམ་དུ་བྱུང་དང་འབྱུང་བའིན་
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྒྱམས་ལས་ཀྱང་གསོན་པའི་དུས་སུ་རྒྱམ་ཤེས་ལུས་ལས་
ཐོན་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་རང་གི་མཛོན་སུམ་གྲིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་མཁན་འཛམ་
གླིང་ཤར་རྒྱབ་གཉིས་གྲིས་མཆོན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོར་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་འདུག་
ལ། དེ་དག་སོ་སོའི་རིག་གཞུང་གི་ཀྱེན་གྲིས་ཁྱད་པར་ཅུང་ཟད་རེ་བྱུང་ཡང་སྤྱི་
རིགས་ནས་ཉམས་སྦྱང་རྒྱམས་གཅིག་མཐུན་དུ་བྱུང་། ཉམས་སྦྱང་དེ་བྱུང་བའི་མི་ནི་
སྤར་བཤད་པ་པའིན་ཨ་རི་ཁོ་ནར་ཡང་༡༩༤༩ལོར་བརྩིས་པས་མི་བྱེ་བ་གཅིག་
དང་ས་ཡ་གསུམ་བྱུང་འདུག་ན་ད་ལྟའི་དེ་བས་ཀྱང་མང་བ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། འདི་ལ་
རྒྱལ་སྤྱིའི་ཞིབ་འཇུག་ཆོག་པ་འདྲ་མང་པོ་ཡོད། རྒྱབ་སྤྱོད་ཀྱི་དེང་རབས་རིག་
གཞུང་ལ་མཁས་པའི་རབ་འབྱམས་པ་མང་པོས་ཡང་དང་ཡང་བརྟགས་ནས་གཏན་
ལ་ལཔས། འདི་དང་གོང་གི་གཉིད་འབེབས་གཉིས་པོ་འཛམ་གླིང་གང་སར་དར་

ཁྱུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེར་རབས་ཀྱི་རིག་གསར་གྱིས་ཀྱང་དགག་སྟབས་ལ་ལྟ་ཅི་ཐ་ན་
འགྲེལ་བཤད་དོན་མཐུན་ཞིག་ཀྱང་ད་དུང་བྱེད་མ་སྟབས། ཉམས་མྱོང་དེད་ག་ཐམས་
ཅད་རང་མེད་ཐོས་གྲོལ་གྱི་བར་དོའི་ངོ་སྟོན་ལས་གསུངས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བྱུང་
འདུག་པས་རྒྱབ་སྟོན་གསུ་སྟབས་དེ་མཁས་པ་དག་གི་ཐོས་གྲོལ་གྱི་ངོ་སྟོན་
འདི་ལ་ཏ་ལས་པའི་ངོ་མཚར་ཆེན་པོ་བྱེད་ཅིང་འདུག་སྟེ་བྱང་ཟད་འོག་ཏུ་འཆད་
དོ། །

དེ་ན་ཉམས་སྒྲུང་དེ་རྣམས་ཇི་ལྟ་སྟེ་ཞིག་ཅེན། ཞོང་དུ་བཤད་པའི་རབ་འབྲམས་པ་
 མོས་ཉིས་ཀྱིས་སྟོགས་པ་སྒྲིགས་བྱས་པ་ལས་འགའ་ཞིག་འདིར་འགོད་དེ། ལུང་
 མེད་ཅིག་ན་རེ། ལོ་གཅིག་གི་སྟོན་དེད་ལ་སྟིང་ནད་ལྷུང་ནས་སྒྲུབ་ཁང་དུ་བཞུད།
 ཉིན་གཉིས་པའི་ཞོགས་པར་ཏུང་ཟུག་ག་ཟེར་ཆེ་དགས་པས་སྒྲུབ་པ་དག་ལ་བརྟེན་
 བྱས་པས་ཁོང་ཚོས་ངའི་ལུས་ལ་བརྟགས་དབྱེད་བྱེད། ངའི་མལ་ས་དེ་གིན་རྩ་མི་
 བདེ་བའི་ཉམས་ཤིག་ལྷུང་བས་ལུས་ཀྱིས་འགོ་ལྟོག་བྱས་པས་དེ་མཚམས་དཔྱགས་
 ཆད་ནས། སྟིང་འཕར་བ་ཡང་བཞུད་སོང་། དེ་ཆེ་སྒྲུབ་པ་དག་གིས་དམར་པོའི་རྣམ་
 པ་རེད་འདུག དམར་པོའི་རྣམ་པ་རེད་འདུག་ཅེས་ཟེར་ཏེ་སྒྲུབ་རྒྱུག་སྒྲབས། ང་ལ་
 རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་དང་བལ་བའི་སྣང་བ་ཞིག་ལྷུང་སྟེ། མལ་ཁྲིའི་འབྲམ་གྱི་ལྷགས་ཀྱི་
 ར་བ་དེ་ཟང་ཐལ་དུ་བརྒྱལ་ནས་ས་སྟིང་དུ་མར་ཁྱུད་སོང་། དེ་ནས་ངས་ཐོག་ནས་
 ཡར་ལང་སྒྲབས་ཁོང་ཅག་གིས་ངའི་ནད་འཚོས་གཙོ་འགན་པའི་སྒྲུབ་པ་དེར་ཁ་
 བར་གཏོང་གིན་འདུག་སྟེ། སྒྲུབ་པ་དེ་ཡར་ལངས་ཏེ་འོང་བའང་མཐོང་། དེ་ཆེ་ངའི་
 བསམ་པར་ཡ་མཚན་པ་ལ། འདི་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། དེ་
 བསམ་པར་སྣང་ན་ཡར་རྒྱང་གིས་བརྟེགས་པ་བཞིན་སོང་སྟེ། ཁང་པའི་ཐོག་ཁེབས་



རོས་ཀྱི་གྲོག་སྒྲོན་དང་ཐད་མཉམ་ཙམ་དུ་གྱུར། དེ་ནས་མར་བལྟས་པ་ན། དེ་
 ལུས་ནི་མལ་ཁྲིའི་སྒྲིང་དུ་ཉལ་ནས་འདུག་སྟེ། སྒྲན་པ་དག་གིས་ལུས་ལ་སྒྱུར་སྒྲོབ་
 བྱེད་ཅིང་འདུག དེ་ཐམས་ཅད་ངས་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོར་མཐོང་། དེ་ཆོ་སྒྲན་པ་ཞིག་
 གིས། ཨ་ཅི། མོ་སོང་བྱེད་འདུག་ཟེར། དེའི་ཆོ་སྒྲན་པ་གཞན་ཞིག་གིས་དེའི་ཁ་དང་
 ཁ་སྒྲུད་དེ་དཔགས་གསོ་བར་བྱེད། ངས་ནི་ཁོང་ཆོའི་མགོ་རྒྱབ་ནས་མར་བལྟས་ཏེ་
 བསྟན། སྒྲན་པ་བྱ་མོ་དེས་སྒྱུ་ཐུང་ཐུང་ཞིག་བཞག་འདུག་སྟེ། དེ་ནས་ཡང་བརྗོད་རྒྱ་
 མི་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ཁོང་ཆོས་འབྱུལ་ཆས་ཤིག་བྱིར་ལོང་སྟེ། དེའི་ལུས་ཀྱི་བྱང་
 ཁར་བཞག་སྟེ་སྒྱལ་སྒྲོད་བྱེད་དུ་འཇུག་ཅིང་བྱང་ཁར་ལག་བསྟལ་བརྟེན་ས། དཔུང་པ་
 དང་བརྒྱལ་བུར་བུར་བྱེད་དོ། དེ་ཆོ་དེའི་བསམ་པར་ཁོང་ཆོས་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་འདྲའི་
 དལ་བ་བྱེད་དེ། ང་རང་འདིར་བདེ་བར་གནས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྙམ་དུ་བསམ། ཞེས་
 ཟེར་རོ།

ཡང་སྒྲུས་པ་གཞོན་ནུ་ཞིག་ན་དེ། ལོ་གཉིས་ཀྱི་སྔོན་དེད་ལོ་བརྒྱ་དགུ་ཡིན། རྒྱངས་
 འཁོར་བཏང་ནས་གྲོགས་པོ་ཞིག་སྒྲེལ་དུ་བྱིན། ལམ་ཀྱི་བཞི་མདོ་ཞིག་གི་ལམ་
 དཀྱིལ་དུ་འབྱོར་ཆོ། གྲོགས་པོས་སྒྲད་ཆེན་པོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ན་མདུན་ཕྱོགས་ནས་
 རྒྱངས་འཁོར་ཞིག་སྒྲོ་བུར་དུ་བྱུང་བ་མཐོང་། དེ་མ་ཐག་རྒྱངས་འཁོར་ལན་ཚུན་
 བརྟེན་པའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་གཞོག་གཅིག་ཐམས་ཅད་
 བཅོམ་ནས་ནང་དུ་འཁུར་ཏེ་བྱུང་། དེ་ཆོ་ང་རང་སུན་ནག་གི་ནང་དུ་འགྲོ་བ་བཞིན་
 བཞག་ཐེབས་ཀྱི་སྒྲ་བ་བྱུང་སྟེ། དེ་ནས་ཡུད་ཙམ་གྱིས་བར་སྒྲ་ལ་ཐོན། རྒྱངས་
 འཁོར་བརྟེན་པའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་དེ་དལ་བུར་དའི་ན་ལམ་ནས་ཡལ། མི་ཆོགས་ཀྱིས་
 རྒྱངས་འཁོར་གྱི་མཐའ་ནས་བསྒྲོར་ཏེ་བལྟས་འདུག དེའི་གྲོགས་པོ་དང་ངས་སྒྲག་
 ཆེན་པོའི་ངང་ནས་རྒྱངས་འཁོར་ལས་ཕྱིར་ཐོན་བྱུང་། དེའི་ལུས་པོ་ནི་རྒྱངས་འཁོར་

པཅོམ་པའི་ནང་དུ་ད་དུང་ཐོག་ནས་འདུག་པ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱིར་སྤྱད་བས་རྒྱུ་དང་པ་
ལས་ཁྲག་མང་པོ་བཞུར་ཏེ་སའི་ཐོག་ཏུ་འབྱེལ་བ་མཐོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་ནད་པ་ཞིག་ན་རེ། དེད་ཀྱི་ནད་གཞི་ཤིན་ཏུ་ལྷོ་བས་སྒྲན་པས་སྒྲན་ཁང་དུ་སྤྱོད་
དགོས་ཟེར། ཉིན་ཞིག་གི་ཞོགས་པར། དེད་ཀྱི་མཐའ་སྒྲོར་ཐམས་ཅད་ན་བུན་ཀྱིས་
ཁེངས་ནས་འདུག དེའི་ཆོ་དེད་ལུས་དང་བྲལ་ཏེ་སོང་། ལུས་དང་བྲལ་བའི་ཆོང་ལ་
ནམ་མཁའ་འཕུར་བར་བྱ་སྒྲམ་པའི་རྟོག་པ་ཞིག་སྒྲེས་ཀྱིན་འདུག ཕྱི་མིག་བལྟས་
པས་དའི་ལུས་ནི་འཇམ་ཐང་དེ་མལ་ཁྲིའི་སྒྲིང་ཉ་ལ་འདུག་པ་མཐོང་སྟེ། འཇིགས་
སྒྲུང་ནི་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་། ཉེ་འཁོར་ན་སྒྲུ་སྒྲུ་ཅི་འང་མེད་པར་ཤིན་ཏུ་ཞི་ཞིང་འཇམ་
པའི་སྒྲུང་བ་ཞིག་བྱུང་། དེ་ཆོ་དའི་སེམས་ལ། ང་རང་སྒྲུར་དུ་འཆི་བ་ཡིན་ཡང་ཐང་།
གལ་ཏེ། ལུས་འདིར་ཕྱིར་ཞུགས་མ་བུལ་ན་ནི་གི་བ་ཡིན་ཐག་ཆོད་རེད། གཞན་དུ་
འགྲོ་དགོས་པའི་ཐག་ཀྱང་ཆོད་པ་རེད་སྒྲུ་དུ་བསམས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་
གཞན་གཅིག་ན་རེ། རྒྱན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་ཡོངས་རྫོགས་མཐོང་བ་ནི་འདྲ་
པར་རམ། མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་ལེབ་ལེབ་ཞིག་ལས་མཐོང་མ་མྱོང་ལ་རྣམ་ཤེས་ལུས་
ལས་བྲལ་ཆོ་ལུས་ཡོངས་རྫོགས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་མཐོང་ཡང་ཐོག་མར་ངོ་མ་
ཤེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་ལུ་མོ་ཞིག་རྒྱངས་འཁོར་བདེ་བས་ནས་རྣམས་སྒྲོན་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་རྣམ་ཤེས་
ལུས་ལས་ཐོན་རྒྱུ་པ། དའི་ལུས་པོ་ཉིས་ལྷེད་བྱས་ཏེ་རྒྱངས་འཁོར་ནང་དུ་
འདུག་པ་མཐོང་ལ། དེ་རང་གི་ལུས་ཡིན་པ་འང་ཤེས། འོན་ཀྱང་། ལུས་དེར་སྤྱོད་པ་
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག་སྟེ་གཞན་ཞིག་གི་ལུས་ཡིན་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བྱུང་ཟེར།
ཡང་སྒྲེས་པ་ཞིག་ཐོག་ཁང་སྒྲིང་ནས་ལུང་སྟེ། ལུས་བསྐྱད་ཅིང་སྤྱིང་འཕར་འཆོམས་



ཆད་ནས་ནམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ཚུལ་སྒྲིལ་བ། རང་ཉིད་མལ་བྱིའི་སྤྲེང་དུ་ཉལ་
 བ་ས་ཡོད་པ་གསལ་བར་ཤེས་མོད། འོན་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་འགར་སྒྲུབ་པ་ནམས་ཀྱིས་
 བྱ་བཅོས་བྱ་ཚུལ་སོགས་ཐམས་ཅད་མཐོང་ནས་འོང། ཅི་ཡིན་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་
 མི་ཤེས། རང་གི་ལུས་མལ་བྱིའི་སྤྲེང་ན་ཉལ་ནས་འདུག་པ་དེ་མཐོང་ཆེ། སེམས་པ་
 ཉ་ཅང་སྒྱོ་བ་བྱུང་སྟེ། རང་གི་ལུས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་དེ་འདི་ལྟར་ཆག་རལ་དུ་བཏང་
 བ་ལ་འང་སྒྲུབ་དུ་བསམས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་ལྟ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་འཛམ་གླིང་གི་
 རྒྱུགས་སོ་སོར་བྱུང་བ་ཡི་གེར་བྲིས་པའི་དེབ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་
 འབྲིར་ག་ལ་རྟུལ། འདིར་ནི་རབ་འབྱམས་པ་མོས་དྲིས་ཀྱིས་ཞིབ་པར་བརྟགས་
 བས་གཏན་ལ་ལབ་པ་ནམས་ལས་མཚོན་ཙམ་སྒྲིལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་མོའི་ངོ་སྟོན་ལས་གསུངས་པ་ནམས་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་
 བས་བསྐྱབ་པ་ནི། རང་མེད་པར་དོ་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་མོའི་ངོ་སྟོན་ལས་བར་མྱིད་གྱི་
 ཡིད་ལུས་བྱུབ་པ་ནས་བཟུང་ཐམ་སྒྲེབ་རྗེས་མ་ལ་མཚམས་སྦྱར་ཁའི་བར་གྱི་བར་
 དོའི་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་པར་གསུངས་པ་དེ་དག་ལས་མོ་ཆེད་ལྟ་འཛམ་
 གླིང་གི་ལུལ་བྱ་སོ་སོར་བྱུང་བའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཚོགས་པ་གྲེས་པའི་འཆི་ཁའི་
 ཉམས་ཕྱོང་ཅན་གྱི་མི་དེ་དག་གི་རང་རང་གི་ཉམས་ཕྱོང་གིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱུབ་
 ཡོད། དེ་ཡང་མི་དེ་དག་ནི་ཡུད་ཙམ་ཞིག་གི་ནས་ཀྱེན་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱར་སོས་པ་
 དག་ཡིན་པས་ན། བར་མྱིད་གྱི་སྤྱང་བ་ལྷ་མ་ནམས་ཉམས་སུ་ཕྱོང་གི་སྤྱི་མ་ནམས་
 བྱི་མ་ཕྱང་ངོ། །དེ་ཡང་ངོ་སྟོན་ལས། གྱི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་གྱི་ལུས་དང་སེམས་བྲལ་
 བའི་དུས་སུ། ཆོས་ཉིད་དག་པའི་སྤྱང་བ་སྤྲ་ལ་དངས་པ། གསལ་ལ་འཛོར་བ་རང་
 བཞིན་བཀྲག་གསལ་ལ་ཉམས་ང་བ། ཞེས་འོད་གསལ་ཞིང་འཛོར་བ་ཞིག་འབྱུང་
 བར་གསུངས་པ་ནི་འཆི་ཁའི་ཉམས་ཕྱོང་ཅན་གྱི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་བར་མ་

ཟད་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་མཐོང་རྒྱལ་ཡང་གཅིག་མཚུངས་སུ་བྱུང་། ཁོང་རྣམས་ན་རེ།
 འོད་དེ་ཐོག་མར་བཀྲག་མདངས་ཆེར་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འདུག་པ་ལ། འབྲལ་དུ་ཉ་
 ཅང་གསལ་ཞིང་བཀྲག་མདངས་ཆེ་བ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ན་དེ་ལས་གསལ་བའི་
 འོད་མཐོང་མ་ཐོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་བར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །
 ཡང་ངོ་སྟོང་ལས། ཀྱུ་རིགས་ཀྱི་སྤུ་ཡང་ཉོན་ཅིག་དེ་ཡང་དབང་པོ་ཀྱན་ཆང་
 ཐོགས་མེད་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱེད་གསོན་པའི་དུས་སུ་མིག་ཡོང་བ་དང་། འོན་པ་དང་།
 ཞར་བ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་བར་དོར་མིག་གིས་གཞུགས་མཐོང་ལ་ན་
 བས་སྐྱ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་སྟོན་མེད་པ་གསལ་ཞིང་ཆང་པར་འོང་བས་།
 དེའི་ཐིམ་དབང་པོ་ཀྱན་ཆང་ཞེས་གསུངས་པས་། ཁྱེད་རང་གི་ནས་བར་དོར་འབྱམས་
 བའི་རྟགས་ཡིན་པས་ངོས་ཟིན་པར་གྱིས་ཤིག་། ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་
 བྱུང་རྒྱལ་ནི། རབ་འབྱམས་པ་མོས་ཏིས་གྱིས་བརྩམས་པའི་རྒྱུད་རིང་གི་འོད་ཅས་
 བ་ལས། མིག་གཉིས་པོ་ཡོང་ནས་ལོ་ལྟ་བུ་སོང་བའི་ནད་པ་ཞིག་གི་སྤྱིང་འཕར་
 འཕྲོ་ཆད་པ་ནས་སྤར་སོས་རྗེས། ཁོ་རང་ལྷུང་སྒྲོབས་བྱེད་སྐབས་སུ་སྤྱད་པའི་ནད་
 འཆོས་འབྲལ་ཆས་ཀྱི་དབྱིབས་དང་། ཐ་ན་ཁ་དོག་ཡན་ཆད་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་སྤྱོད་
 བར་ནས་སོ། །ཞེས་དང་། སྤར་བཤད་པའི་སྤྱིང་ནད་ཁག་གི་གསོ་རིགས་དག་ཀྱང་
 རྩ་མེན་གྱིས་ནད་པ་སུམ་རུ་སོག་ཏིས་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་
 ཐོན་ནས་མཐོང་བའི་ལྷུང་སྒྲོབ་བྱེད་རྒྱལ་རྣམས་འཆད་དུ་བཅུག་པས། མི་ཉེར་དུག་
 གིས་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་འཆད་སྤུབ་པ་བྱུང་། གཞན་ཡང་མོས་ཏིས་གྱིས་བརྩམས་པའི་
 ཡང་སྤྱད་ཅེས་པ་ལས། མི་རྣམས་ཉ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ཞེས་པ་ནས། སྤྱན་པ་
 ཤིན་ཏུ་མང་པོས་ངེད་ལ་བཤད་པ། གསོ་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་གཏན་ནས་མེད་པའི་



ནད་ལ་རྣམས་ནད་ལས་བསྐྱབས་ཏེ་གསོན་པོར་གྱུར་ཆོ། དབུགས་གསོ་བ་སོགས་
 ལྷར་སྒྱུབ་སྐབས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་རི་མ་རི་བཞིན་འཆད་འོང་གིན་འདུག འོན་ཀྱང་།
 དེ་རྣམས་ལྷར་སྒྱུབ་བྱེད་ཆོ། དེས་སུ་གི་སོང་བ་ནི་སྤྲོན་པ་དག་གིས་གསལ་བོར་
 མཐོང་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་དོ་སྒྲོད་ལས། གྱི་རིགས་ཀྱི་ལུ་ཐོགས་མེད་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱོད་ཡིད་ཀྱི་ལུས་
 ཡིན་ཏེ་ རིག་པ་རྟེན་དང་བྲལ་བ་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་ནི་མེད་པས། དེའི་ཕྱིར་རི་
 རབ་དང་། ཁང་ཁྱིམ་དང་། ས་རྒྱུད་དང་། རི་བྲག་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་
 ཟང་བལ་དུ་འགོ་རྩས་པ་ཞིག་ད་ལྟ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་དོ། འོན་ཀྱང་མའི་མངལ་དང་། རྩོ་
 རྩོ་གདན་མ་གཏོགས་པ་ རི་རབ་ལ་ཡང་ཐར་བལ་རྩུར་བལ་དུ་འགོ་རྩས་པ་གཅིག་
 ད་ལྟ་ཁྱོད་ལ་ཡོད་དོ། དེ་ཡང་གྲིད་པ་བར་དོ་འབྱུངས་པའི་རྟགས་ཡིན་པས། ཞེས་
 གསུངས་འདུག་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྷར་བྱུང་ཚུལ་ནི། ལུང་མེད་ནད་པ་ཞིག་དབུགས་ལམ་
 འགགས་ནས་སྤྲོན་ཁང་དུ་སྒྲོད་སྐབས་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ཚུལ་སྤྲོས་པ། ངས་
 སྤྲོན་པ་ཆོས་ངལ་དབུགས་གསོ་བྱེད་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཏེ་བསྟན། ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ལ།
 ངའི་སྒྲོད་གནས་དེ་དེ་ཅུམ་མི་མཐོ་སྟེ། འཆད་སྟེགས་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག ཁོ་ཆོ་དང་
 མཐོ་དམན་ཆེར་མེད། འོན་ཀྱང་། ངས་ཁོང་ཆོའི་སྤྱི་གཙུག་ནས་མར་བལྟས་པས་
 ཆོག་འདུག ངས་ཁོང་ཆོར་གཏམ་སྤྲོས་རུང་གཅིག་གིས་ཀྱང་མི་ཐོས་ལ། གཏམ་
 ལན་བྱེད་མ་ཐན་ཀྱང་མི་འདུག སྤྲོན་པ་ཆུན་གཞོན་ཆོས་ངའི་བྱང་ཁར་ལག་པས་
 བརྟེགས་འདུག་སྟེ། བྲག་རྩར་ཁྲག་རླུ་བར་བྱས་ཏེ་གསོན་དུ་འདུག་སྟུམ་གྱིན་འདུག
 ངས་ཁོང་རྣམས་ལ། ང་ལ་སྤྲོན་པ་མ་བྱེད། ང་འཇམ་པོར་རྩུང་ཟད་སྒྲོད་དགོས་པས།
 ངའི་ལུས་ལ་མ་རྟེགས་གིག་ཅེས་ཡང་ཡང་སྤྲོས་ཀྱང་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མི་ཆོར་བར་
 འདུག དེ་ནས་ཁོང་ཆོའི་ལག་པ་ཕར་བསལ་སྟུམ་སྟེ། ངའི་ལག་པས་སྤྲོན་པའི་ལག་

པ་བཟུང་བར་བྱས་ཀྱང་། ཅི་ལའང་ཐོགས་པ་དང་ཐུད་པ་མ་བྱུང་། ལག་པ་དེ་ཚོ་
ལར་བསལ་ཟིན་སྐྱམ་པའི་རྗེས་སུ་ད་དུང་དེ་ག་རང་ན་འདུག་སྟེ། ཅི་ཡང་བསལ་མི་
འདུག དེད་གྱི་ལག་པ་ལ་ཐོགས་རེག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་འདྲ་བས་ལག་པ་དེ་ཚོ་
གཏན་ནས་བསལ་བབས་མ་བྱུང་། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནི་མ་གཤམ། ཞེས་
ཟེར་རོ། །

ཡང་ཁང་པ་ཞིག་ནས་སྤྱི་ལོ་ག་རྒྱ་མོང་ནས་རྣམ་གཤམ་ལུས་ལས་ཐོན་པ་ཞིག་ན་རེ།
མི་རྣམས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་བརྒྱགས་ཏེ་བྱུང་། ང་རང་ཁང་བར་གྱི་ལམ་དོག་པོ་
ཞིག་རྒྱ་ལང་ནས་བསྐྱོད། ཁོང་ཚོས་ང་ལ་མིག་གིས་བལྟ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད། མི་
རྣམས་ཉེ་བར་འཕྱོད་བཞག། ལམ་གཟུར་དགོས་བསམ་ཆོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ངའི་ལུས་
ལ་ཟང་ཐལ་དུ་བརྒྱགས་འགྲོའོ། ། ཞེས་ཟེར་རོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཁང་པའི་ཕྱིར་འགྲོ་
བར་འདོད་ནས། ལག་པས་སྒྲིའི་ལག་གཟུང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཤུགས་སྐྱུང་ནས་འཐེན་
ཡང་ཟང་ཐལ་དུ་འགྲོ་བ་ལས་སྒྲི་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་ལུས། འོན་ཀྱང་། བྱང་དང་
ཅིག་པ་དག་ལ་ཟང་ཐལ་དུ་འགྲོ་ཆོག་པས་སྒྲི་འཕྱེད་མ་ལུས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་དོ། །
མདོར་ན། དངོས་པོ་གང་ལའང་ཐོགས་པ་མི་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། ། ཡང་ངོ་སྤྲོད་ལས།
གྱི་རིགས་གྱི་བུ། ལུས་གྱི་རྩ་འབྲུལ་ཤུགས་དང་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཁྱོད་ལ་ད་ལྟ་
ཡོན་ཏན་ནམ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རྩ་འབྲུལ་གང་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ལས་གྱི་ཤུགས་
ལས་བྱུང་བའི་རྩ་འབྲུལ་ལས་དང་མཐུན་པ། སྐད་ཅིག་ལ་གླིང་བཞི་རི་རབ་དང་
བཅས་པ་འཁོར་ནས། གང་འདོད་པའི་ཡུལ་དེ་དཔྱད་པ་ཙམ་གྱིས་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་
དུ་སློབས་ཟིན་པ། སླེས་སུའི་ལག་པ་བརྒྱངས་བསྐྱམས་ཙམ་གྱི་ཤུགས་དང་། རྩ་
འབྲུལ་ཡ་མ་བྱུང་རྣམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་མ་དཔྱད་ན་མ་དཔྱད། དཔྱད་པ་ཐམས་ཅད་འདི་དང་



འདི་ལྟོན་མི་རྣམས་བྱ་བ་མེད་དེ། ཐོགས་པ་མེད་པར་ལྟོན་རྣམས་པ་ཞིག་དང་ལྟོད་ལ་
 ཡོད་པས། རོ་ཤེས་པར་གྱིས་ལ་ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཅི་རིགས་པ་བྱུང་ཚུལ་
 བློ། རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་མྱོང་བའི་བྱད་མེད་ཅིག་ན་རེ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ལུས་དེའི་
 དབང་པོ་རྣམས་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ནི་མེད་པ་འདྲ་སྟེ། གང་ཏུ་བརྟུ་བར་
 འདོད་པ་དེ་ག་རང་མཐོང་འོང་གིན་འདུག་ཅེས་ཟེར། ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་ཀྱང་།
 རེད་གྱིས་རྒྱང་རིང་ན་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ལ་བརྟུ་བར་འདོད་ཆོ། འབྲུལ་དུ་དེའི་དུང་
 ཏུ་འབྱོར་ནས་འདུག་ འཇམ་མ་སུ་གླིང་གི་ཡུལ་གྱུ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ན་དོན་ཞིག་
 བྱུང་བའི་ཆོ་ན། ང་རང་འགོ་བར་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེ་གར་འབྱོར་
 བར་འདུག་ཅེས་ཟེར། གཞན་དག་གིས་ཀྱང་། ཐོགས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འགོ་
 དགོས་ཆོ་ཤིན་ཏུ་མྱུར། འགོ་འདོད་ན་འགོ་ འབྱོར་འདོད་ན་འབྱོར་འགོ་བ་ཞིག་རེད་
 ཅེས་ཟེར་དེ། རོ་སྟོན་ལས། རྣམ་ཤེས་རྟེན་མེད་པས་འདུན་པ་གར་གཏང་དུ་ཐལ་
 གྱིས་སྤེལ་སྟེ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་སྐྱེ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ག་དངོས་སུ་བྱུང་འདུག་གོ།

རྒྱུ་འབྲུལ་གཞན་རྣམས་ཐོབ་པ་ནི་རེ་ཞིག་མ་ཐོས་སོ། །
 ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གྱི་རིགས་ཀྱི་སུ། རིགས་མཐུན་ལྟ་མིག་དག་པས་མཐོང་། ཞེས་
 བྱ་བ་རིགས་མཐུན་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བར་དོར་སྒྲིམ་པའི་རིགས་མཐུན་པའི་ནང་ཚན་
 རྣམས་གཅིག་གིས་གཅིག་མཐོང་བ་འོང་ངོ་། དེ་ཡང་ལྟར་སྒྲིམ་པ་རིགས་མཐུན་པ་
 ཡིན་ན་ནི། ལྟ་གཅིག་གིས་གཅིག་མཐོང་། དེ་བཞིན་དུ་རིགས་དུག་གང་དུ་སྒྲིམ་པ་
 དེའི་རིགས་མཐུན་པ་རྣམས་གཅིག་ནས་གཅིག་མཐོང་ནས་འོང་བས། ཞེས་དང་།
 གྱི་རིགས་ཀྱི་སུ། དེ་འདྲའི་ལུས་ཅན་དེ། ཡུལ་དང་ཉི་དུ་འབྲེལ་བ་རྣམས་དང་། མི་
 ལམ་དུ་འབྲད་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་སྟེ། ཟློན་གྱིས་ཉི་འབྲེལ་ཆོ་ལ་གཏམ་སྒྲུལ་གྱང་གཏམ་
 ལན་མི་འོང་བས། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དག་དང་མཚུངས་པར་བྱུང་བ་ནི་འཆི་

ལའི་ཉམས་སྤོང་ཅན་གྱི་མི་གིན་ཏུ་མང་པོ་དག་གིས་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་པའི་
 དེ་མ་ཐག་གསལ་དེའི་རྗེས་སུ་རང་གི་ཉེ་ལོར་ན་རྣམ་ཤེས་གཞན་མང་པོ་མཐོང་ཞིང་།
 དེ་དག་འོང་ནས་རང་ལ་གྲགས་ཐུང་པའི་སྤང་བ་བྱུང་ཟེར། དེ་རྣམས་ལས་སྤང་མེད་
 ཅིག་ཐུག་བཅའ་དཀའ་བ་བྱུང་སྟེ། རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་ཚུལ་སྒྲུབ་པ། མོན་རེ།
 ཁྲག་ཏ་ཅང་མང་པོ་བཟུང་བས། སྒྲན་པས་བྱིམ་མི་རྣམས་ལ་གི་རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་
 རྣམས་སྟོག་གིས་ཞེས་བསྒྲགས་མོང་། འོན་ཀྱང་། རས་ནི་དེ་ཐམས་ཅད་གིན་ཏུ་
 གསལ་པོར་ཐོས་འདུག་ཀྱང་ང་འཆི་རྒྱ་མ་རེད་སྟེ་ལྟ་བུ་བསམས། དེ་ཆེ་མི་མང་པོ་
 ཞིག་མཐོང་བྱུང་སྟེ། ཐམས་ཅད་དེ་གིས་པའི་གི་བོ་འབའ་ཞིག་རེད། པའི་མོ་བོ་དང་།
 སྤང་མེད་སྟོབ་གྲགས་ཡིད་མཐུན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་ཀྱང་འདུག་གཞན་ཡང་
 ཉེ་ལུང་དང་གྲགས་པོ་མང་པོ་འདུག་འོན་ཀྱང་། རས་དེ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་བ་ཞིན་ཁོ་
 བ་མཐོང་སྟེ། ང་རང་བསུ་མར་འོང་བ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་ཞིག་བྱུང་ཞེས་ཟེར། སྟེས་པ་
 ཞིག་ན་རེ། དེད་ནད་ཆབས་ཆེན་པོ་དེས་མ་ཐེབས་པའི་གཟའ་ལོར་འགའ་ཞིག་གི་
 སྟོན་ཏུ་ངའི་སྟོས་སུ་བ་གྱི་གྲགས་པོ་པའོ་པེས་མི་གཞན་གྱིས་འཆོ་བ་དང་ཐུལ། དེ་
 རྗེས་དེད་ལ་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་པའི་སྤང་བ་བྱུང་ཆོ། པའོ་པེས་ངའི་འགམ་
 དེར་ཡར་ལངས་ནས་འདུག་ཁོ་ལ་གཞུག་གི་ལུས་གཏན་ནས་མི་འདུག་འོན་ཀྱང་།
 ལུས་གིག་ནི་འདུག་སྟེ། ལག་པ་དང་རྒྱུང་བ་རྣམས་རས་གིན་ཏུ་གསལ་པོར་མཐོང་།
 རས་ཁོ་ལ། པའོ་པེས། ད་ང་གང་དུ་འགྲོ་དགོས་སམ། སྤང་བ་འདི་ཅི་ཞིག་རེད། ང་
 གི་བ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཡང་ཡང་དྲིས་ཀྱང་ཁོས་གཏམ་ལན་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མི་སྒྲུབ་ར་
 ཀྱིང་རེར་འདུག་གོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟར་གཤིན་པོ་བར་དོན་གནས་པ་ཡིན་ན་
 འཕྲད་མིན་པ་ཡིན་ནོ། །



ཡང་དེ་ཉིད་ལས། དྲན་པ་དགུ་འགྱུར་གྱིས་གསལ་བས་སྒྲག་པ་ཡིན་ཡང་དེའི་དུས་
 ལུ་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་རིག་པ་གསལ་དུ་སྒྲིལ་ནས། ཅི་བསྐྱབས་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲོམ་
 ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་། མི་མང་པོ་ན་རེ་རྒྱུ་ཤེས་
 ལུས་ལས་ཐོན་རྗེས་མིག་ཤེས་དང་། རྣ་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་བཅས་ཤིན་ཏུ་གསལ་
 ཏེ་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགྱོ་བར་འདུག་ཟེར་རོ། །དེ་ཡང་སྒྲེས་པ་ཞིག་ན་རེ།
 ད་ལྟ་མི་སྲིད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེར་སྲིད་པར་འདུག་ ཟུང་པར་དུ་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་
 ཏེ་ཅང་གསལ་ཏེ། དངོས་གནས་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་རེད། དེད་ཀྱིས་དོན་མང་པོ་སྒྲོ་
 ལ་བརྒྱུད་སྟེ། དེ་རྗེས་རེ་རེ་བཞིན་བསམས་ཆོ། ཐམས་ཅད་འབྲལ་དུ་རྗེ་བཞིན་བྲན་
 ཐུབ་པ་འདུག་སྟེ། བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གཏན་མི་དགོས་ཞེས་ཟེར། འགའ་རེས་ཤི་རྗེས་
 ལུ་མིག་ཤེས་རེ་གསལ་དུ་སྒྲིལ་ནས། ཤིན་ཏུ་རྒྱུད་རིང་པོ་མཐོང་སྟེ། དེ་འདྲའི་རྒྱུད་
 རིང་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་རང་གིས་ཀྱང་མི་ཤེས། ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་དོན་དུ་གཤིན་པའི་ཆོག་ཀང་ཀའི་འདོན་པ་དང་།
 ངན་སོང་སྦྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་དོན་དུ་བྱས་ཀྱང་། དེ་མ་དག་པ་དང་། གཡེང་
 བ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པ་དང་། དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་མི་གཙང་བ་དང་། བག་མེད་
 པའི་སྦྱོད་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཕྱ་མོས་མཐོང་ནས་འོང་གི། ཞེས་དང་། ལས་ཀྱི་
 མངོན་ཤེས་ཕྱ་མོས་མཐོང་བ་དང་ཐོས་ནས་འོང་སྟེ། ཞེས་བར་སྲིད་ལ་མངོན་ཤེས་
 ཕྱ་མོ་ཡོད་པར་གསུངས་ལ། འཆི་ཁའི་ཉམས་སྦྱང་ཅན་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ཆོགས་
 མང་པོའི་ཁྱོད་ནས་དེ་དག་གི་ཡིད་ལ་གང་ཤར་བ་ཐམས་ཅད་ཐད་ཀར་ཤེས་ཐུབ་་་་
 འདུག་ཟེར་ཏེ། ཟུང་མེད་ཅིག་ན་རེ། ངས་གང་སར་མི་ཆོགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་མཐོང་།
 མི་དེ་དག་གིས་གང་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དེད་ཀྱིས་ཤེས་ཐུབ་པ་འདུག་
 དེ་ཡང་དེ་དག་གིས་གཏམ་སྒྲུས་པ་ཐོས་ཏེ་ཤེས་པ་མ་རེད། སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཤེས་

འོང་གིན་འདུག ཁོང་ཚོའི་ཁ་མ་གྲག་གོང་ནས་གང་སྐྱ་བར་འདོད་པ་དེ་རི་བཞིན་
ཤེས་འོང་བར་སྒྲུང་། ཞེས་ཟེར། ཡང་གཞན་གཅིག་ན་རེ། དེད་ཀྱིས་མི་གང་རུང་
ཞིག་མཐོང་ནས། དེའི་ཅི་བསམ་ཤེས་པར་འདོད་ཆོ། འབྲུལ་དུ་མི་དེ་རྒྱུང་མཐོང་
གིས་འཕེན་པ་བཞིན་རང་གི་ཉེ་དུང་དུ་འཕེན་ནས་བཟླ་ཆོག་པ་བཟླ་ཤུའི་སྒྲུང་བ་
ཞིག་བྱུང་། ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གྱི་རིགས་གྱི་སྐུ་ མདོར་ན་ཁྱོད་བར་དོའི་རིག་པ་ལ་རྟེན་མེད་
པས་ཡང་ཞིང་གཡོ་བ་དེ་ལས། ཞེས་བར་དོའི་ལུས་དེ་ཡང་ཞིང་གཡོ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་
གསུངས་ལས། སྒྲུང་བ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་པའི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་
བའི་མི་ལལ་མོ་ཆེ་ལ་བྱུང་འདུག་ཟེ། གཅིག་ན་རེ། དེད་ལུ་བོ་སོགས་གོགས་བོ་མང་
བོད་དང་མཉམ་དུ་རྫིང་ཤུའི་ནང་རྒྱ་ཁྱུ་ཕྱེད་ཆོ་རྒྱུར་ལུ། ཅུང་ཞིག་ནས་བར་སྒྲུང་དུ་
ཐོན་ནས་འདུག རང་གི་ལུས་རྒྱ་ནང་དུ་ཡོད་པའང་མཐོང་། འོན་ཀྱང་། དེད་ལ་ད་
དུང་ལུས་གཞན་ཞིག་འདུག་ཟེ། ཡང་པ་བྱ་སྒྲོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འདུག་ཟེར། དེ་བཞིན་
དུ་མི་རབ་རྒྱུ་མང་བོད་ག་གིས་ཀྱང་། རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་རྗེས་འཕྱར་བའི་སྒྲུང་
བ་དང་། བར་སྒྲུང་དུ་བསྒྱུད་པའི་སྒྲུང་བ་དང་། ལྷིད་ཚད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་
སྒྲུང་བ་བྱུང་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཤ་ཁྲག་གི་ལུས་ནི་མིན་པ་ཡིད་གྱི་
ལུས་ཡིན་པས། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་པར་བྱུང་ཟེ།
སྒྲུངས་འཁོར་འབྱེལ་ནས་རྣམས་སྒྲིན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་པ་
ཞིག་ན་རེ། དེ་ཆོང་ལ་ལུས་གཞན་ཞིག་འདུག འོན་ཀྱང་། མི་ལུས་མཚན་ཉིད་པ་
ཞིག་མ་རེད། ཁྱུད་པར་དུ་གདོས་བཅས་ཤིག་གཏན་ནས་མ་རེད། ལུས་དེ་ལ་
དབྱིབས་ནི་ཆ་ཆང་འདུག་ལ། ཁ་དོག་ནི་མི་འདུག་ཅེས་ཟེར། ལུས་འདིའི་ཐད་ལ་



སྒྲུབ་བྱུང་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་འདུག་སྒྱིར་ལུས་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པར་བམས་
 ཅད་ཀྱིས་ཁས་ལེན། དབྱིབས་ཡོད་པའང་དེ་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་གྱིན་འདུག་དེ་ལྟ་
 བའང་མི་འགའ་རེས་ན་སྒྲུབ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་ཟེར། འགའ་རེས་སྒྲིན་ལྟ་བུ་ཞིག་
 འདུག་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། བྱི་གསལ་ནང་
 གསལ་དང་། འཇའ་ཚོན་ལྟ་བུ་དང་། ལུས་པ་བྱུང་པར་བ་ཞིག་ཏུ་འདུག་སྐོག་སྒྲུབ་
 ཟེད་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་མཐོང་འདུག་གོ།

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རང་གིས་ཁོང་རྣམས་མཐོང་ཡང་། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་རང་མ་
 མཐོང་། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལ་བོས་པ་ཐོས་ཀྱང་། རང་གིས་ཁོང་རྣམས་ལ་བོས་
 པ་མ་ཐོས་པས་། ཞེས་གསུངས་པ་ནི། མི་མང་པོས་དེ་རི་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་བྱུང་བར་
 བཤད་འདུག་ཟླ། གོང་དུ་སྒྲུས་པ་དེ་དག་ལས་གཤམ་ལུས་སོ། །ཡང་ངོ་སྟོད་ལས།
 རང་གི་རོ་ལ་སྐོག་ས་བའང་མཐོང་ནས་། ད་ནི་ར་གི་ནས་འདུག་པས་ཅི་དྲག་སྒྲུམ་སྟེ་
 ཞེས་རང་གི་རོ་སྐོག་ས་མཐོང་བ་ནི་གོང་དུ་སྒྲུས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དག་ལས་གསལ་བར་
 གེས་སོ། །གཞན་ཡང་རྒྱུད་ལས། བག་ལམ་གྱི་སྒྲུབ་བ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་དེ་
 དང་འདྲ་བ་ཞིག་མི་པལ་མོ་ཆེ་ལ་བྱུང་འདུག་གོ། །འཆི་ཁའི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་བ་དེ་
 རྣམས་ཀྱང་ལ་ལར་ནི་དག་ཞིང་གི་སྒྲུབ་བ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་བའི་ཞིང་སྟོད་པ་
 དག་བྱུང་འདུག་ལ། ལ་ལར་ནི་ངན་འགྲོའི་སྒྲུབ་བའི་ཕྱོགས་མཚུངས་པ།

འཇིགས་སྒྲུག་དང་ཉམས་མི་དགའ་བའང་བྱུང་སྟེ་གཅིག་ཏུ་མ་རེས་པར་འདུག་
 གོ། །དེ་ལྟར་འཆི་ཁའི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་བ་དེ་དག་ནི། ཚས་ཉིད་བར་དོ་དང་མིད་པ་
 བར་དོའི་སྒྲུབ་བ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་དང་ཆ་འདྲ་བར་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་བར་དོའི་
 སྒྲུབ་བ་དངོས་ལ་ནི་ད་དུང་གཞན་པ་དུ་མ་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་བར་དོའི་ངོ་སྟོད་དང་
 མཚུངས་པའི་འཆི་ཁའི་ཉམས་མྱོང་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་ནི་རབ་འབྱུངས་པ་

མོས་ཏིས་ཀྱིས་བརྟག་དབྱུང་གྱིས་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། ཡང་བྲིད་ཅེས་པའི་གཞུང་
 ཞིག་བྲིས་པའི་ནང་དུ་བཀོད་པ་རྣམས་ཡིན། དེ་ཡང་ཁོང་གིས་མི་དེ་དག་ལ་དངོས་
 སུ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་བདེན་གཏམ་ཁུངས་ཐུབ་ཏུ་ངོ་འཕྲོད་ཚུལ་དོགས་སྦྲོང་དང་
 བཅས་ཏེ་ཞིབ་པར་བཀོད་འདུག གོང་དུ་སྒྲུས་པ་བཞིན་ཁོང་ཡང་མཚན་ཉིད་རིག་
 པའི་རབ་འབྱམས་པ་དང་། གསོ་རིག་རབ་འབྱམས་པ་གཉིས་ཆར་བློབ་པའི་རྒྱུ་
 རྟོགས་ཀྱི་མི་མགོ་པོ་དམ་ཅིག་གི་བཞིག་འདུག་པས་རྒྱ་མཚན་མེད་ན་མི་ཕལ་བ་
 དག་གིས་གང་སྒྲུས་ཡི་གེར་ཕབ་སྟེ་འཛམ་གླིང་སྟེ་བོ་ཡོངས་ཀྱི་མདུན་སར་སྒྲོག་ག་
 ལ་བྲིད། འཆི་ཁའི་ཉམས་སྦྱང་འདི་ལ་བརྟག་དབྱུང་བྱེད་མཁན་ནི་ཨ་རི་ཁོ་ནར་
 ཡང་ཆེད་ལས་ཀྱི་མཁས་པ་བརྒྱད་ཅུ་ལྟ་གཅིག་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འཛམ་གླིང་གི་
 རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་ཏུ་འང་མང་པོ་ཡོད་མོད། ཁོང་ཚོས་བརྟག་དབྱུང་བྲིས་པའི་
 གྲུབ་དོན་མཐར་ཐུག་ནི་རང་རའི་བར་དོའི་ངོ་སྦྲོད་དུ་སྒྲན་ནས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་
 གསུངས་ཐིན་པ་དེ་ག་ཁོ་ན་རེད། དེའི་ཕྱིར་མོས་ཏིས་ཀྱི་ཡང་བྲིད་ཅེས་པའི་གཞུང་
 ལས་ཀྱང་། མདོར་ན། བོད་ཀྱི་བར་དོ་སྒོས་གྲོལ་ལས་ཤི་བའི་ཉམས་སྦྱང་གི་སྒོག་
 མའི་སྤང་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བར་བསྟན་པ་མ་ཟད་ཐ་མའི་སྐབས་ཀྱི་སྤང་བ་དག་
 ཀྱང་ཞིབ་པར་བསྟན་ཡོད་ལ། དེ་བའདིར་བཀོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲ་ཆོགས་པ་འདི་
 དག་གིས་ནི་སྒོག་མའི་དུས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ཙམ་ཞིག་བརྗོད་པ་ཡིན། ལོ་སྤང་གི་སྤྱོན་
 དུ་བྱུང་བའི་གནའ་བོའི་དཔེ་རྟིང་དེ་ནས་བསྟན་པའི་ཤི་བའི་ཉམས་སྦྱང་སྒོག་མའི་
 སྒྲོར་འདི་དག་དང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ཨ་རིའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲུས་པ་གཉིས་
 བསྟར་ན། ཕན་ཚུན་གཅིག་མཚུངས་སུ་བྱུང་བའི་ཆད་ནི། མི་རྣམས་ཉ་ལས་དགོས་
 པ་ཙམ་དུ་གྱུར་འདུག ཞེས་དང་། བོད་ཀྱི་སྤྱོན་བྱོན་དམ་པ་དག་གི་ཤེས་རབ་དང་



དེར་རབས་གཉིས་འདི་འདྲའི་གཅིག་མཚུངས་སུ་བྱུང་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ར་
 ཆོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ལ་ལེགས་པར་འདྲི་འོས་པ་ཞིག་ཏུ་འདུག་གོ། ཞེས་
 བྲིས་སོ། །དེ་སྔོན་ལས་གསུངས་པའི་རྣམ་གཞག་དེ་དག་ནི་ཆོས་མངོན་པའི་གཞུང་
 ལས་ཀྱང་གསུངས་པས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་མདོ་སྤྲུགས་སུ་མོང་གི་དགོངས་པ་ཡིན།
 དེ་ལྟར་འཛམ་གླིང་ཉིལ་པོ་ནས་མི་ཁྲི་ཁྲི་འབུམ་འབུམ་མང་པོས་མངོན་སུམ་གྱི་ཚུང་
 བས་རང་རེ་ནང་པའི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱུང་མཐའ་འདིར་བདེན་དཔང་བགྱིས་པ་ཡིན།
 འོན་ཀྱང་། འགའ་ཞིག་ནི་ད་དྲུང་ཡིད་མི་ཆེས་མོད་གྱི། ཡིད་མི་ཆེས་པ་ཙམ་དུ་ཟུང་
 བོ། །ས་སྤྱིང་གི་མི་རིགས་གཞན་རྣམས་ནི་སྤྱང་བ་འདི་དག་གིས་ཡིད་གཡོས་ཏེ་ལུང་
 ལུང་ཟུང་ཟུང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱང་། རང་ཅག་བོད་རྣམས་ནི་ཆོས་རྒྱལ་དང་ལོ་པཎ་
 སོགས་དམ་པ་གོང་མ་དག་གི་སྐུ་དྲིན་ལས་ཆེ་སྤྱི། ལས་རྒྱ་འབྲས། མཆོག་
 གསུམ་ལ་ངེས་ཤེས་བྱུང་བར་བ་ཞིག་བདོག་པས་གྲུ་ཡངས་པག་ཐེབས་གྱི་ངར་དུ་
 གནས་པས་ཆོག་སྟེ། དུས་གྱི་མར་གཤམ་འདིར་རང་རེའི་བསོད་ནམས་གྱི་བགོ་
 སྐལ་ནི་དེ་ཙམ་དུ་འཁུམས་སོ། །ཚུལ་དེ་ནི་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནག་གི་འཆི་
 ཁའི་ཉམས་ཚུང་སྟོན་པའི་གཞུང་དེ་ལས། བོད་མི་རིགས་ནི་འཛམ་གླིང་གི་མི་
 རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག་གི་ནང་ནས་གི་བའི་ངོ་བོ་ངོས་འཛིན་ཆེས་ཟབ་པ་ཅན་དེ་ཡིན་ལ།
 ཆོས་བག་ཐེབས་པའི་མི་རིགས་དེའང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རུབ་ཕྱོགས་གྱི་མི་
 རྣམས་ཀྱིས་དཀའ་གནས་རབ་གྱི་མཐར་ཐུག་པར་བརྟེན་བདེ་ཉིད་བོད་གྱི་མི་རྣམས་
 གྱི་མིག་ལམ་དུ་ནི་དཀྱུས་མའི་ཤེས་བྱ་ཙམ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཟེར་རོ། །དབྱེད་གཏམ་
 དེ་དག་ནི་གཟུ་བོར་གནས་པའི་གཏམ་ཁོ་ནར་སྤྲང་ངོ་། །རང་རེའི་ལུལ་ན་མདོ་རྒྱད་
 གྱི་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཏུ་ཅང་མང་དུག་པས་བར་དོའི་ངོ་
 སྔོན་འདི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་གྲོང་ཆོག་པ་དག་གིས་སྒྲིག་རྒྱུ་ཙམ་དུ་འཛིན་མོད།

རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་ནི་སྒྲན་གྲགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེ། ༡༧༧༧ལོར་དབྱིན་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་བ་
ནས་བཟུང་རྒྱལ་ཕྱོགས་དེར་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེས་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་དག་གིས་ཀྱང་
ཤིན་ཏུ་གཙུག་ཆེན་མཛད་འདུག་ཞེ། སེམས་ཁམས་རིག་པའི་མཁས་པ་སྤྲད་གྲགས་
ཅན་ཅོང་གིའི་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་མོའི་སེམས་ཁམས་དབྱུང་གཏམ་ལས། གཞུང་
འདི་ངའི་ཡུན་གྱི་སྤོས་བྱུང་གྱི་གྲགས་པོ་ཡིན། དེད་གྱིས་མི་རྒྱམས་སྤྱོད་པ་འཁོལ་བར་
འོས་པའི་ལྟ་བུ་དང་། གསར་རྟེན་བྱུང་བ་མང་པོ་ཞིག་ཁོ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་མ་
ཟད། ཅུ་བའི་གསར་མཐོང་བྱུང་བ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
ཞེས་ཤིན་ཏུ་འགོང་ཆེན་བྱེད་དོ། །

༡༧༧༧ལོར་བེ་ཅིང་དུ་བྱི་ཡིག་དཔེ་སྒྲན་ཁང་གིས་བར་བཏབ་པའི་རྒྱ་ནག་ཏུ་འཆི་
ཁའི་ཉམས་ཕྱིང་ཆ་ཆ་ངོ་སྤྲོད་བགྱིད་པའི་གཞུང་ཆེས་ཐོག་མར་གྱུར་བ་དེ་ལས་
ཀྱང་། བོད་གྱི་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་འདི་ལ་སྤྱོད་གཅིག་ལྷག་གི་སྤོབ་དུ་བྱུང་མོད་གྱི།
འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་ཆེས་དེར་རབས་ཀྱི་གི་བ་ཞིབ་འཇུག་བགྱིད་པའི་གཞུང་ཤིན་ཏུ་སྡ་
ཤོས་དེར་གྱུར་ཡོད། རྒྱལ་ཕྱོགས་སུ་གི་བར་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་མཁས་པ་ཡོད་དོ་
ཅོག་གིས་གཞུང་འདི་དང་ཨེ་ཅིབ་གཤིན་སྤོལ་གྱི་གཞུང་དེ་གཉིས་ཆེས་འགངས་ཆེ་
བའི་གཞུང་གཉིས་སུ་བཀྱར་བཞིན་ཡོད། བོད་གྱི་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་ལས། བར་
སྤྱིད་གྱི་སྒྲོར་བསྟན་པ་དེ་རྒྱམས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་དེར་རབས་ཀྱི་འཆི་ཁའི་ཉམས་ཕྱིང་
ཞིབ་འཇུག་ལས་བྱུང་བའི་སྤང་བ་སྤྱ་ཆོགས་པ་དེ་དག་དང་མ་བཟོས་གཅིག་མཐུན་
དུ་གྱུར། དེའི་ཕྱིར་བོད་གྱི་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་འདི་ནི་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་
མིའི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་མཛད་རྗེས་ཤིག་རེད། ཅས་བསྟན་བཤེས་
བྱས་སོ། །གཞུང་གནས་རྒྱུ་དཔྱོད་ཅན་ཞིག་གིས་བཏགས་ན་ནང་པའི་མདོ་རྒྱུད་



གང་ལའང་འདི་ལྟ་བུའི་ཟབ་ཁྱད་རེ་རེས་པར་ཡོད། དེས་ན་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་རིག་
 གཞུང་དག་གིས་འཛམ་གླིང་གི་འགོ་བ་མིའི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཐན་འདོགས་པར་བྱེད་
 ཅེས་སྒྲུས་པ་དེ་ཡང་སྟོང་གཏམ་ཙམ་མ་ཡིན་པ་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་ཤེས་
 དགོས་སོ། །འགའ་ཞིག་གིས་ནང་པའི་ཚོས་འདི་རྗེས་ལུས་དང་རྟིང་པའི་བསམ་སྒོ་
 ཞིག་དང་། སྒྱུབ་བྱེད་མེད་པར་ལུང་ཙམ་སྒྱུབས་སུ་འཛིན་པ་ཞིག་ཡིན་པར་བྱེད་མོད།
 དེར་དུས་ལྷུང་པའི་འཆི་ཁའི་ཉམས་སྦྱང་གི་ཞིབ་འཇུག་འདི་རྒྱུབ་བྱུགས་ཀྱི་རྒྱལ་
 ཁབ་དག་ན་ཆེས་གསར་པའི་ཚན་རིག་ཅིག་དང་། འཛམ་གླིང་ཆོ་སྤྲུལ་ཚན་རིག་གི་
 དུངས་ཅེ་ཉིད་དུ་བརྩི་བར་འདུག་པ་དེའི་ཞིབ་འཇུག་གི་ཆ་རྒྱུན་བདེན་དཔང་མཚོག་
 ཏུ་གྱུར་པ། ཞིབ་ཅིང་ཆ་ཚང་བ་འདི་འདྲ་བའི་ནང་པའི་གཞུང་ལས་གཞན་འཛམ་གླིང་
 གླིང་འདི་ན་ལྷུང་མི་འདུག་པ་འདི་ཤེས་པར་བྱིས་ལ། བག་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱིན་ཅི་
 ལོག་དེ་དག་སྒྲུང་བར་བྱས་ན་མཛེས་སོ། །དེ་ནི་བོད་ཀྱི་འདས་ལོག་པ་དག་ལ་བར་
 དོའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་ཚུལ་ཅུང་ཟད་འཆད་དེ། དེ་ཡང་འདས་ལོག་པ་ཞེས་པ་ནི། རྣམ་
 ཤེས་གཤིན་ལུལ་དུ་བྱིན་ནས་སྤར་ཡང་ལུས་དེ་ཉིད་ལ་ཞུགས་ཏེ་གསོན་པོར་གྱུར་
 པའི་མི་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ཡིན། བཙོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་བཟང་སྦྱོང་གི་ཞུས་པའི་
 མདོ་ལས། དཔེར་ན། སྒྲ་བཅད་དེ་པོར་ཟེན་པ་རྣམས་མགོ་ལ་སྤར་མི་སྦྱེ་བ་བཞིན་
 དུ་མི་ཤི་ནས་སྤར་ཀྱི་ལུས་དེ་སྤར་མི་ལེན་པར་གསུངས་མོད། སྤར་མདོ་བརྒྱུད་བརྒྱ་
 པ་ལས། མི་ཤི་བའི་ལོག་ཏུ་སྤར་གསོན་རུང་བར་ཡང་གསུངས་ཏེ། སྤར་མ་སྤྱིར་
 བཏང་དང་། བྱི་མ་དམིགས་བསལ་ལ་གོ་དགོས་སོ། །

འདས་ལོག་པའི་རྣམ་ཤེས་གཤིན་ལུལ་དུ་བྱིན་པའི་ལུལ་དུ་ཉིན་མང་པོའི་རིང་ལ་
 ལུས་གཡོ་འགྲལ་མེད་པར་རོ་ལྟར་དུ་གྱུར་ཏེ་གནས། དབྱར་དུས་སུ་ལྟན་རིང་
 དགས་ན་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་འགའ་རུལ་ནས་འོང་ཞེས་གྲང་ཟེར། འདས་ལོག་བདེན་

རྒྱལ་བཟླ་པའི་ཕྱིར་སྤྲུག་སོགས་ལ་མར་གྱིས་ཞལ་ཞལ་དང་། གདོང་ལ་རྩོམ་
 བྱགས་ཏེ། མར་ལུ་ལུ་དང་རྩོམ་ལ་གས་ཕྱིར་བྱུང་མིན་བཟོ་བའི་སྒྲིལ་ཡང་ཡོད་
 མཆི། དེ་དག་གིས་གི་གསོན་པར་གྱི་ཕྱིན་པ་བཀྱིས་ཏེ་སེམས་ཅན་མང་པོ་ལ་མན་
 པ་བྱ་ཆེར་འབྱུང་ངོ། །དེས་ན་སྤྱིར་གི་ནས་ལུན་རིང་སོང་རྩེས་སྤྱིར་གསོན་པ་ཅམ་
 བྱི་འཛམ་གྱིང་གི་ལུལ་གྱུ་གཞན་དག་ནས་ཀྱང་མང་པོ་བྱུང་ཡང་དེ་རྣམས་དང་མི་
 འདྲའོ། །འོ་ན། དེ་དག་ལ་བར་དོའི་སྤྱང་བ་རི་ལྟར་བྱུང་ན། འདས་ལོག་པ་ཀྱུན་
 བཟང་ཆོས་སྒྲོན་གྱི་འདས་ལོག་རྣམ་ཐར་ལས། དེ་ནས་སྤྱིད་པ་བར་དོ་འཆར་ཚུལ་
 བྱི། རང་ཉིད་ལུས་གཙུག་ལ། དབང་པོ་ཀྱན་ཆོང་བ། ལུས་ལྷ་མ་ལྷ་བྱ་ཞིག་གྱོང་ཏེ་
 སྤྱིས་སོ། །དེ་ནས་གཡོ་བ་ལས་གྱི་རྒྱུད་དམར་གྱིས་སྤྱོད་པའི་དབང་མེད་པར་རིག་
 པ་རྟེན་མེད་པ་བྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁྱེར་བ་ལྷ་ལུར་དཔགས་གྱི་རྟེན་ལ་ཞོན་ནས་ལང་ལོང་
 ཏུ་རྒྱ་ཞིང་བར་དོའི་ཕྱིང་ལ་སོང་ངོ། །དེ་ན་ལུང་པ་ཁ་བྱང་བཟླན། ལུ་ཐག་གིན་ཏུ་
 རིང་བ། རྩ་རི་སྤྱོ་ཟེང་རེ་བ། རྩ་རྩ་སྤྱོ་ཁ་ལ། བྱ་རོག་གི་སྒྲིང་རྒྱུད་རྒྱུད་གྲག་པ།
 འཇག་མས་གི་ཤད་བྱེད་པ། གིན་ཏུ་འཛིགས་ཤིང་ཡང་བ། མ་ངེས་པའི་རྟགས་
 དུག་སྟེ། གནས་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་གར་འགོ་དང་གར་འདུག་གི་གདང་སོ་མེད་པ།
 རྟེན་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་ཟམ་པའི་རྒྱ་ཤིང་སོགས་ལ་བརྟེན་འཆལ་རུང་འདུག་
 དབང་མེད་པ། སྤྱོད་ལམ་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་ཅི་བྱེད་དང་འདི་བྱེད་མེད་པ། ལུང་
 ཅམ་ལུང་ཅམ་གྱིས་འགྱུར་བ། ཟས་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་ཟས་བཟང་རན་རི་ལྟར་
 མཐོང་རུང་མ་བསྟོས་ན་སྤྱོད་དབང་མེད་པ། གྲོགས་ལ་ངེས་པ་མེད་པས་འདི་དང་
 འགྲོགས་ལ་འདི་དང་མི་འགྲོགས་ཟེར་བའི་ངེས་པ་མེད། རྣམ་གཤམ་ཡིད་ལུས་ལ་ངེས་
 པ་མེད་པས་ངེས་བདེ། རེས་སྤྱིག་བསྐྱེད་ཞིང་ཡིད་ཅམ་གྱིས་འགྱུར་བ། གཞན་ཡང་



གནས་ས་ཅུ་མེད་པས་རྒྱུ་གར་འདུག་འདིར་འདུག་མེད། ལམས་དཀར་དམར་
 བར་གི་ཉི་ཟླ་མེད་པས་ཕྱིའི་ཉི་ཟླ་མི་གསལ། ལུན་ནག་ཆེན་པོ་ལྟར་སྤང་། རྒྱུ་
 དམར་དྲག་པོ་ཡང་འཛུབས། གཟའ་སྤར་ནམས་ཐང་ལ་རྒྱག་པ་ལྟ་བུའི་སྤང་བ་
 སོགས་སྒྲུ་མའི་འབྲུལ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ཤར་དག་པོ་
 འགྲ་གིས་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་འདས་ལོག་མཛད་ནས་གི་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྤྲུལ་པ། ང་
 སེམས་རྟོག་པ་འབྲུལ་བའི་སྤང་བ་ལ། །འོད་དཀར་མེར་དམར་ལྷང་གང་ཡང་
 མཐོང་། །དུས་ཐང་རང་ལུས་དང་མི་འདྲ་བའི། །ལུས་འོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་
 གཅིག་མཐོང་། །བདེ་མགོགས་ལུས་ཆང་བར་མཐོང་། །ལུས་དང་འོད་གཉིས་
 མཉམ་འགྲོགས་རེད། །ལུས་མེད་ལུས་དེ་འོད་གྱི་ལུས། །གར་བསམ་ས་ཡི་ལུལ་དུ་
 ཐེབས་པར་སྤང་། །ཐོགས་རེག་མེད་པའི་འོད་ལྟ་འདི། །འགྲོ་འདུག་ཅི་བྱས་རང་ལ་
 འཁོར། །འོད་གཡས་ན་ཡོད་པའི་འོད་ཟེར་དེ། །དཀར་ལམ་ལམ་བྱེད་པའི་འོད་
 ཅིག་སྤང་། །གཡོན་ན་ཡོད་པའི་འོད་ཟེར་དེ། །ནག་ལམ་ལམ་བྱེད་པའི་འོད་ཅིག་
 སྤང་། །མདུན་དུ་ཡོད་པའི་འོད་ཟེར་དེ། །མེར་ལམ་ལམ་བྱེད་པའི་འོད་ཅིག་.....
 སྤང་། །འོད་དེ་དང་འགྲོགས་ནས་གར་ཡང་མ་སོང་བྱིམ་གཅིག་སྤང་། །དེ་ནས་
 བསྐྱད་པའི་སྤང་བ་ལ། །བྱིམ་དེ་ལ་སྒོ་བདུན་ཞོ་ཞབ་གཉིས་དང་དགུ་རུ་སྤང་། །དེ་
 ལ་ཡིད་མ་ཆེས་འདི་རང་གི་བེམ་པོ་རེད་བསམས་ནས། འཕོ་ལུང་འདི་བྱས་སོ། །
 །ཞེས་དང་། ཡང་ང་ནི་ཡེངས་པའི་སྤང་བ་ལ། །ལ་མཐོན་པོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་
 གཅིག་གི་གངས་ཉེན། །མི་མགོའི་ལབ་ཅེ་རི་རབ་ཅམ་བདག་གིས་མཐོང་། །ཞེས་
 སོགས་གསུངས་སོ། །ཡང་འདས་ལོག་མ་གླིང་བཟང་ཆོས་སྦྱིད་གྱི་འདས་ལོག་
 མཛད་ཚུལ། །མོས་ཐོག་མར་གི་བ་ཡིན་པ་མ་གཤིས། །དེ་ནས་རང་ཉིད་གི་བར་གཤིས་
 ཆོ་རང་གི་ལུས་དེ་ལག་རོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། །མའི་གོས་དག་གྱོན་ནས་མལ་ས་དེ་གར་

འདུག་པ་མཐོང་། མོས་ཁྱིམ་མི་དག་ལ་གཏམ་སྒྲུབ་ཀྱང་དེ་དག་གིས་མ་ཐོས། ཁྱིམ་
 མིས་མའི་ཟས་སྒྲུབ་པ་ཅད་པས་བྱོས་པར་བྱུང་། ལུ་མོ་དུས་པའི་མཆིམ་རྒྱམས་བྲག་
 རྒྱག་གི་ཆར་དུ་བཅས་པས་སྒྲུབ་བསྐྱེད་ཐུང་། སྒྲུབ་དག་གིས་ཆོག་མཛད་པས་བདེ་
 བའི་ཆོར་བ་བྱུང་། དེ་རྗེས་ལ་ཡིས་འཕོད་སྤང་ཤར་ཏེ། དེའི་རྗེས་སུ་སོང་བས་
 གཤིན་ཡུལ་དུ་འཕྱོར་ཚུལ་སོགས་གསུངས་སོ། །དེ་རྒྱམས་ནི་ལས་སྒྲོན་རྒྱམ་པར་
 དག་པའི་མཐུས་ནི་གསོན་གྱི་ཡུལ་གཉིས་པར་ཡན་ཚུན་རྒྱ་འགྲུལ་བྱེད་པ་ཡིན་
 བོ། །གཞན་ཡང་ཐབས་བྱུང་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུགས་སུང་མལ་དུ་བཞག་སྟེ།
 རྒྱམ་ཤེས་ཡུལ་གཞན་དུ་རྒྱ་ཁིང་ཡུལ་དེ་དག་གི་སྤང་བ་སྤྲ་ཆོགས་པ་ཉམས་སུ་མྱུང་
 བ་ཡོད་དེ། མཁས་གྲུབ་ཀྱིས་ཆགས་མེད་གྱིས་མི་ལམ་གྱི་སྒྲུབས་སུ་གདོས་བཅས་
 གྱི་ཡུས་མལ་དུ་བཞག་སྟེ། རྒྱ་ནག་གླིང་ཆེན་འགྲིང་རིར་བྱོན། བར་ལམ་དུ་དར་
 མདོར་འཕྱོར་ཆེད་གའི་ཤིང་འབྲུ་པའི་མི་རྒྱམས་གྱིས་མ་ཁི་བད་དབྱངས་བྱེད་པའང་
 ཐོས། སྤར་ཁྱིམ་དུ་འོང་ཆེ་རང་གི་ཨ་ཕྱིས་ཁང་འོག་ན་ཐབ་རུ་འོ་མ་ཞིག་སྒྲོལ་
 བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་། གཉིད་སང་ནས་ཁང་འོག་རུ་སོང་ནས་བལྟས་པས་མི་ལམ་
 དུ་མཐོང་བ་ཇི་བཞིན་ཨ་ཕྱིས་འོ་མ་སྒྲོལ་གྱིན་འདུག་ཅེས་གསུངས་ཏེ། རང་རྒྱམ་
 ལས། བྱིས་པ་སྒྲགས་ཆོས་ཉམས་ལེན་ཤེས་ཅམ་དུས། མི་ལམ་ཡུལ་ནམ་མཁའི་
 མཐོངས་སུ་འཕུར། རྒྱ་ནག་གླིང་ཆེན་འགྲིང་རི་མཛལ་དུ་བྱིན། ལམ་དུ་དར་ཅི་
 མདོའི་རི་ནག་པོ་སུ། བཅས་ནས་བསྐྱེད་པས་དར་ཅི་མདོ་བ་ཡི། ཤིང་འབྲུ་འགའ་
 ཡིས་བད་དབྱངས་བྱེད་པ་ཐོས། དེ་ནས་གླིང་ཆེན་འགྲིང་རིའི་རྩེར་བྱིན་པས། ལྷ་
 ཁང་གཉིས་ཅམ་འདུག་པ་མཛལ་བ་ཡི། ད་ཀོན་གཉེར་དེ་ལ་གནས་བཤད་གྱིས་
 སྒྲུབ་པས། མི་གོ་འདུག་པས་འབར་ག་འགའ་ཡང་བྱས། རིའི་རྩེར་བྱིན་ནས་ནམ་



མཁར་བལྟས་པ་ཡི། །འཇལ་གྱར་ནང་དུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ནི། །སྤྱི་མདོག་སྒོན་པོ་
མཉམ་བཞག་ཕྱག་རྒྱ་ཅན། །རེས་གསལ་རེས་མི་གསལ་བ་ཅིག་མཇལ་ཏེ། །ཉི་མ་
དེ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་ནམ་མཁའ་ནས། །སྤྱི་བས་འཆར་འདུག་རེ་དེ་གིན་ཏུ་མཐོ། །དེ་
ནས་འཕྱར་ཏེ་ཡར་ལ་འོང་བ་ཡི། །ཁྱིམ་དུ་བབས་བསང་ཡི་ཨ་ཕྱི་དེས། །ཐབ་ཏུ་འོ་
མ་ཞིག་ནི་སྒོལ་ཞིང་སྤང་། །གཉིད་སང་གོད་དུ་སོང་བས་མི་ལྟར་འདུག། ཨ་ཕྱིས་
ད་པར་གཉིད་ནི་འདུག་ཨང་ཟེར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདི་འདྲ་བ་བརྗོད་ཀྱིས་མི་ལང་བ་ཞིག་ཡོད་དེ་མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་ཅམ་སྤྱས་པའོ། །
གཞན་ཡང་ཁོ་པོ་ཅག་གི་སྤྱི་བས་གཅིག་མཚུངས་པ་མེད་པ་དོན་གྱི་སྤྱད་དུ་མཚན་
ནས་སྤྱི་བ་མཚོས་རྗེ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཞལ་སྤྱི་ནས། །མི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་
གཞན་དུ་བྱོན་ཅིང་། དེར་ཡང་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁ་འཁོར་ཕྱོགས། བྱ་བ་གང་བྱེད་
ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་། མཚན་སྟན་ནག་གི་ནང་དུ་འང་ཉེ་འཁོར་
ཐམས་ཅད་ཉིན་པར་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ཞེས་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་རྣམས་
གསུངས་པ་ཡང་ཡང་ཐོས་ཤིང་། རྗེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་བྲིད་ཡིག་ལས་ཀྱང་།
སང་པའི་གནས་སྤྱི་བས་དང་གིན་ཏུ་མཐུན་ཡང་རྒྱུན་སྒྲོབས་ཀྱིས་སང་དུ་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་ལ། རེས་འགའ་མི་ལམ་ཡང་མ་འགགས་བཞིན་ཉེ་འཁོར་གྱི་གཟུགས་
སྟགས་མཐོང་བ་སང་མིའི་སྤང་བ་ལྟན་དུ་སྤང་སྟེ། ཞེས་དང་། རེས་འགའ་གཉིད་
འོད་གསལ་དུ་འཕྱུན་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་བཀྲ་ལམ་མེར་ཉི་མ་ཤར་ཡོད་པ་བཞིན་
སྤང་ནས། གཞན་རྣམས་ཀྱི་ཁ་འཁོར་ཕྱོགས་མངོན་སུམ་སྤང་བ་སྟགས་གིན་ཏུ་མང་
པོ་ཞིག་ཡོད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

མི་ལམ་འདིའི་ངང་ནས་རི་གླིང་རྒྱ་མཚོ་དང་བཅས་པ་བཟལ་ནས་གིན་ཏུ་རྒྱང་རིང་
པོར་འགོ་སྐྱབ་པར་འདུག། འདི་རྣམས་སྒོམ་སྒྲོབས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། གཞན་

ཡང་རྒྱུན་དཔང་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་འདི་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་རེ་བྱུང་བའི་སྐར་
 གྲོས་པ་བཞིན་ནོ། རྒྱིར་མི་ལམ་གྱི་ལུས་དེ་ད་ལྷ་ལི་ལུས་འདི་ལས་ཐ་དང་དུ་བྱེ་མ་
 བྱེ་གཉིས་ཡོད་པར་གསུངས་ཀྱང་གོང་གྲོས་འདི་ནི་རྒྱལ་ས་ལུས་མལ་སར་བཞག་སྟེ་
 ལུལ་གཞན་དུ་སོང་ནས་ལུལ་དེ་དང་དེའི་སྒྲི་བོ་སོགས་དངོས་སུ་མཐོང་བ་ཡིན་
 བོ། །དེར་སང་རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་དག་གིས་མི་ལམ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། མི་ལམ་དུ་
 མི་ལམ་ངོས་འཛིན་ཀྱང་རྒྱུང་བཟད་རེ་བྱེད་ཐུབ་པར་འདུག ངོས་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ནི་རང་
 ཅག་གི་ཁྱིད་ཡིག་དག་ལ་འདྲ་བཟོ་ལྟ་བུར་ཡོད་དོ། །

ད་ནི་གོང་གི་དོན་བསྐྱེས་ནས་འདི་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། སེམས་རྒྱན་བར་མ་ཆད་
 དུ་འབྱུང་བའི་རྒྱབ་བྱེད་དུ་སྒྲིས་པའི་རིགས་པ་དེ་དག་ནི། ལུབ་མཐའི་བཞེད་སྒྲོས་
 གྱི་ལུང་ཅམ་དང་། གང་ཟག་འགའ་རེའི་བསམས་སྒྲུལ་བཟོན་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་
 འཛིག་རྟེན་མིའི་ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་དངོས་པོ་མི་གསོན་པོ་དག་གི་མིག་གིས་བལྟ་རྒྱ་
 ཡོད་པ། ལག་པས་རེག་རྒྱ་ཡོད་པ་གཉིས་ཡིན་པས་བསྟོན་དུ་མེད་ལ་དེ་ལྟ་བུས་ན་
 སེམས་གྱི་གྲང་པོ་མ་རིག་པའི་ཆད་གིས་ལྷོས་ཏེ། དགེ་སྤྱིག་གི་ལས་གྱི་རྣམ་པར་
 སློན་པའི་ཁྱར་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཐོགས་ཏེ། ལྷོངས་ནས་ལྷོངས་གནས་ནས་གནས་རྣམས་
 སུ་བརྒྱད་མར་འབྱམས་ཏེ། རི་སྤྱིད་མི་མངོན་པའི་དབྱིངས་སུ་ཆོམ་འཕོས་པ་དེ་
 སྤྱིད་དུ་འགྲོ་བའི། རི་རྒྱད་དུ། གསལ་བར་སྤྱོད་ལ་རྒྱ་ཆད་ཞིང་། ཞོགས་མེད་ཕྱིར་
 བ་སྒྲི་བར་ངེས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་མ་རིག་པ་དང་བྱེད་པའང་ཡོད།
 ཞོགས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མེད་ན་ནི་འཕོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྱམས་
 བས་འགྲོ་ཞིང་། དེར་ཡང་དག་གཉིན་པ་མ་སོགས་མ་ངེས་པ་སྒྲ་ཆོགས་སུ་རེས་
 མོས་གྱི་རྒྱལ་དུ་འོང་བར་ཡང་དག་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་



ལས། འཕགས་པ་མོང་གལ་གྱི་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཡུལ་མ་ག་རྩར་བསྟན་སྟོམས་ལ་སོང་
 སོང་བ་ལས་ཁྱིམ་ཞིག་གི་སྒྲིལ་ནང་དུ་བྱིན་པ་དང་། ཁྱིམ་དེ་ན་ཁྱིམ་བདག་ལུང་མེད་
 དང་བཅས་པ་ཞིག་པང་ན་སྤྱོད་གསུམ་ཏེ། ཉ་ཤིའི་བྱན་དང་བཅས་པའི་ཁ་ཟས་བཟའ་
 ཞིང་མཉུན་ན་ཁྱི་ནག་པོ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ལ་ཉའི་རུས་པ་འདོར་རོ། །དེ་ནས་ཁྱིམ་
 བདག་དེས་མོང་གལ་གྱི་སྤྱི་ཆེན་པོ་མཐོང་ནས། འཕགས་པ་འདི་ན་སྤོང་བ་ལ་སྦྱོན་
 པ་སྤྱི་ཡང་མ་མཆིས་ཀྱིས་སྤྱར་བཞུད་ཅིག་ཅེས་ཏེ་སྤྱར་ལོག་པ་དང་། ཁྱིམ་དེའི་སྒྲི་
 ན་ཡུལ་གཞན་ནས་འོངས་པའི་སྦྱེས་སྤྱི་མཐས་པ་ཞིག་སྤྱི་ན་འདུག་པ་དེས། དེ་
 མཐོང་ནས་ངོ་མཚར་དུ་གྱུར་ཏེ། གྱེ་མ་བཅུན་པ་འདི་ནི་རྩ་འཁྱུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་སྟེ།
 གྱུའི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་དང་ཉེར་དགའ་བོ་ནི་བུལ། ལྷའི་པོ་བྱང་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་
 རྒྱག་གཡོན་པའི་མཐོ་བོས་བསྐྱུལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱིན་ཡང་ངོ་མཚར་དུ་གྱུར། རྟོང་གསུམ་
 གྱི་སྤོང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱང་མིག་བཅུམས་པ་ཙམ་གྱིས་བསྐྱོར་བ་
 ལགས་ན། བསྟན་སྟོམས་མ་གསོལ་བར་སྤྱར་བཏང་བ་ནི་ངོ་མཚར་ཆེའོ་ཞེས་བྱས་
 པ་དང་། དེ་ནས་གནས་བཏུན་གྱིས་དེ་དག་སྦྱོ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་སྤྱོད་པ། ཁྱེད་
 མཚར་མི་ཆེའོ། །མི་དེས་སྤྱོད་པ། འོན་ངོ་མཚར་ཆེན་པོ་ཅི་མཆིས། དེས་སྤྱོད་པ་
 འདི་ན་ཁྱིམ་བདག་ཉ་ཤིའི་བྱན་དང་བཅས་པའི་ཁ་ཟས་ཟ་བ་དེ། ཉ་དེ་ནི་ཁྱིམ་
 བདག་དེའི་ཕ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ཁྱིམ་གྱི་རྒྱབ་ན་རྒྱུང་ཉ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ནས་ཉ་
 རྣམས་བཅུས་ཤིང་བཅུས་ཤིང་ཟོས་ཏེ། མི་དེ་ཆོ་འཕོས་པ་དང་ཉ་དེ་དག་ཉིད་གྱི་
 བྱང་དུ་སྦྱེས་སོ། །དེའི་སྤྱི་འདིས་ཀྱང་ལན་བརྒྱ་ལྷག་དུ་མར་ཉ་དེ་བཅུས་ཤིང་བཅུས་
 ཤིང་ཟོས་ཏེ། འདི་ཉིད་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལན་དུ་མར་སྦྱེས་སོ། །ཁྱིམ་འདི་ནི་ཁྱིམ་
 བདག་དེའི་ཕ་ཡིན་ཏེ། འདི་ཡང་ཆགས་པའི་ཟིལ་གྱིས་ནོན་པས་སྤྱི་ལ་ཡང་སྦྱོན་
 པ་འདྲ་མ་བྱིན། རྒྱལ་ཁྱིམས་ཀྱང་མ་བསྐྱུངས་པར་གྱི་ནར་རིགས་དང་རྒྱུད་གྱི་དོན་དུ་

རྒྱུ་མཐུམ་པ་སྤྲངས་ཏེ། དེ་ཡང་ཁྱིམ་འདི་ཉིད་ལ་སེམས་ཆགས་པ་ཞིན་དུ་ཆོའཕོས་
 བས་ཁྱི་མོ་དེར་སྐྱེས་ཏེ། དེ་ནས་ཆོའཕོས་ནས་ཀྱང་ཡང་དང་ཡང་དུ་འདི་ཉིད་དུ་
 སྐྱེས་ཏེ། ཁྱིམ་འདིར་མི་གཞན་ཞུགས་སུ་དོགས་ནས་མཚན་ཐོག་ཐག་ཀྱང་ཁྱིམ་ཁྱི་
 སྐྱོར་རོ། །མི་དེའི་པང་ན་འདུག་པའི་སྤེལ་དེ་ཡང་དེའི་རྒྱུ་མའི་བྱི་པོ་ཡིན་ཏེ། ཁྱིམ་
 པདག་འདིས་རྒྱུ་མ་མི་གཞན་དང་ཉལ་པར་བོས་ནས། ཁྱིམ་པདག་དེ་གྲོང་གཞན་
 དུ་འགོ་བ་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིར་བྱུང་བ་དང་། སྤང་མེད་དེ་ཡང་མི་གཞན་དང་
 ཉལ་བ་ལ་ཁྱིམ་པདག་འདི་སྤྲར་ཕྱོག་སྟེ་མི་དེ་བསད་དོ། །དེ་ཡང་སྤང་མེད་དེ་ལ་
 ཆགས་ཤིང་སྟག་པའི་རྒྱས་སྤང་མེད་འདིའི་རིམ་དུ་སྐྱེས་སོ། །ཁྱེལ་ལྟོས། ཡ་གང་
 ཡིན་པ་དེའི་ག་ནི་བ། མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་ཉའི་རྒྱས་པ་དང་ག་མ་འདོར། བྱི་པོ་
 བྱེད་བྱེད་པའི་དག་པོ་ཁྱོས་པས་བསད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་པང་དུ་སྤྲངས་སོ། །དེ་
 ལྟ་བུས་ན་འཁོར་བའི་ཉེས་པ་འདི་ལ་སྐྱོ་བར་བྱ་བའི་རིགས་ཏེ་རོ་མཚར་ནི་འདི་
 ཆེའོ། །དེ་ནས་དགེ་སྤྲོད་མོང་གལ་གྱི་སྤེལ་ཁྱི་མའི་སྐྱོ་པོ་ལལ་པོ་ཆེ་མས་སྐྱོ་བར་
 བྱ་བའི་ཁྱིར་དོན་འདི་ཉིད་ཆོགས་སུ་བཅད་པས་བསྟན་པ། དེ་ཡི་ཡ་ཡི་ག་བ་.....
 ཞིང་། མ་ལ་རྒྱས་པ་ག་མ་འདོར། རྒྱུ་མའི་བྱི་པོ་གསོ་བྱེད་པ། ལ་ཉི་མུག་དང་ནི་
 ཆགས་པས་བསྐྱེད་ས། ཞེས་དང་། མཉན་དུ་ཡོད་པ་ན་ཁྱིམ་པདག་དཔལ་པོ་
 གཅིག་ཆོའཕོས་པ་ནས། དེའི་ཁྱིམ་སྐོ་ན་གྲང་སྟལ་བ་ཅན་ཞིག་ཡོད་དོ། །ཁྱིམ་
 པདག་དེ་སེམས་ཁྱིམ་ལ་ཆགས་པས་ཆོའཕོས་ནས་གྲང་དེའི་སྟལ་པའི་སྲིབ་ལུར་
 སྐྱེས་ཏེ། སྐྱེས་མ་ཐག་དུ་བྱ་རྟོག་གིས་བོས་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་དུ་སྲིབ་ལུར་སྐྱེས་
 སོ། །དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་དུ་ཉིན་གཅིག་ལ་ལན་བདུན་ཆོའཕོས་ཤིང་སྐྱེས། ཞེས་དང་།
 གྲོང་ཁྱེར་ཀུན་མཐུན་དགེ་སྤྲོད་དག་བཅོམ་པ་གཅིག་ཅིག་ཁྱིམ་ཞིག་གི་སྐོ་ན་.....



འདུག་འདུག་ན། ཁྱིམ་དེའི་ཐང་ཀ་ལམ་པོ་ཆེ་ནས་ཕྱགས་ཤིག་སྐྱེ་འབྱེན་ཅིང་ཁྱིད་
 པ་དགོསྟོང་དེས་མཐོང་ནས། གྱུ་ཉུང་། ཞེ་མ། ག་ལ་སྤྱིད་ཅེས་བྱས་པ་དང་། མི་
 དག་གིས་དགོསྟོང་དེ་ལ། སྟོབ་དཔོན། ཅི་ཞིག་དེ་སྐད་ཀྱི་གྱུ་ཉུང་། ཞེ་མ། ག་ལ་
 སྤྱིད་ཅེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་བཟོད་ཅེས་དྲིས་ན། དེས་སྐྱས་པ། དེ་ནི་མ་དང་པ་རྣམས་ལ་སྐྱེ་
 བར་ཡང་མི་བྱ་བ་ཞིག་སྟེ་སྐྱོས་ཀྱིས་སྐྱའོ་ཞེས་ནས། དེས་སྐྱས་པ། ཕྱགས་པ་བི་
 ལྟར་སྐྱེ་འབྱེན་ཅིང་ཁྱིད་པ་པ་བིས་ཐོན་ཆོང་པ་ཕྱག་པོ་ཞིག་ཏུ་རེད་པའི་ཆོ། ཉེན་
 བཅུགས་ཏེ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱོན་བྱས་ནས། དེས་དེར་ཕྱགས་མང་པོ་དག་ཀྱང་
 བསད། ཆེ་འཕོས་ཀར་ཡང་ལུ་ལ་པོས་ཏེ་སྐྱས་པ། ལུ་ཁྱོད་ང་ལ་བྱམས་ཤི་ན།
 ཕྱགས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱོན་ལོ་རྒྱུས་སུ་བྱ་བ་འདི་ང་ཆེ་འཕོས་ནས་ཀྱང་ཉག་པར་གྱིས་
 ཤིག་ཅེས་བསྟོན་ནས། སྤུས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཀྱོང་ཞེས་ཏེ་དེ་བཞིན་རྒྱ་མཉན་ཏོ། །དེ་
 བས་མི་དེ་ཆེ་འཕོས་པ་དང་གཏི་ལྷག་ལས་བྱུང་བའི་སྟག་གཅོད་པ་དང་ལྷན་པས་
 བདག་གི་ཁྱིམ་ཏུ་ཕྱགས་སུ་སྦྱོས་ནས་དེ་དེར་ཡང་དང་ཡང་སྦྱོས་ཤིང་བསད་བསད་
 པ་ལས་ལན་འདི་དང་རྒྱག་སྟེ། ད་ཡང་ཁྱིད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ནས། དགོསྟོང་དེས་
 ཕྱགས་དེ་ལ་སྤྱིང་བཅེ་བས་འདི་སྐད་ཅེས་སྐྱས་སོ། ཉེན་ཀྱང་ཁྱོད་བདག་གིས་
 བཅུགས། མཆོད་སྦྱོན་ཡང་ཁྱོད་བདག་གིས་བྱས། ཕྱགས་མང་པོ་ཡང་ཁྱོད་བདག་
 གིས་བསད་ན། དེ་དེ་སྐད་ཀྱི་དོན་མེད་པ་པོས་པས་ཅི་ཡན་ཞེས་ཆོད། ཅེས་
 གསུངས་པ་ལྟར་ཏུ་ཤིས་ནས་སྤྱིད་པའི་ཁམས་ལ་སྟོབ་པར་བྱའོ། །ཐུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྦྱེ་
 པོ་འགའ་རེས་གོང་གི་འཆི་ཁའི་ཉམས་སྦྱོང་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས། ཤི་བ་ནི་ཡིད་ཏུ་
 འོང་བ་ཞིག་ཏུ་འདུག་པས་སྐྱག་མི་དགོས་ཞེས་མི་རྣམས་ལ་སེམས་གསོ་བྱེད་མོད།
 ཉམས་སྦྱོང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཤི་བའི་གཏིང་མི་དཔོག་ལ། དེར་མ་ཟད་ཉམས་སྦྱོང་ཉིད་
 ཀྱང་མི་སོ་སོར་བདེ་སྐྱག་གི་སྤྱང་བ་སྦྱ་ཆོགས་པ་བྱུང་འདུག་པས་གཏམ་དེ་ལ་རྒྱ་

མཚན་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །

དེས་ན་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། སྒྲིབ་པར་ཁྱོད་ལ་རང་འདོད་ཀྱིས། །འགྲོ་བ་གཞར་ཡང་
ཡོད་མེན་ན། །གཞན་གྱི་དབང་དང་འཇིགས་མེད་པར། །སྒྲོ་དང་ལྷན་པ་སྤྲི་ག་
འགྱུར། །ཞེས་དང་། ལལ་མོ་ཆེ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། །དམ་པ་མ་ཡིན་ཕྱོགས་ཡོངས་
འཇིན། །དེས་ན་སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས། །ལལ་ཆེར་ངེས་པར་རན་འགྲོར་འགྲོ། །
ས་སྟེང་སྤྲི་ག་པའི་རྣམ་སྤྲིན་ནི། །ཅོ་འདྲི་ཁོ་ནར་ཡིན་པར་མཐོང་། །དེས་ན་སྒྲིབ་པ་
གསོད་གནས་དང་། །མཚུངས་པར་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྟར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ།
དོན་ལ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་སེམས་གང་
ནས་བྱུང་ཞིང་གང་དུ་འགྲོ་ཚུལ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ལུས་སྒྲེ་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། འོན་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་འདི་ཇི་ལྟར་
སྒྲེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེའི་རྣམ་གཞག་རྩུང་ཟད་འཆད་པ་ལ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་ལུས་འདི་འགྲུབ་ཚུལ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། སྟོང་སྒྲེ། གྲོད་གཤེར་ལས་སྒྲེ་བ།
མངལ་སྒྲེ། རྩས་སྒྲེ་སྟེ། མི་དང་དུད་འགྲོ་ལ་སྒྲེ་ཚུལ་བཞི་ག་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ།
འཕགས་པ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལས། སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲེ་གནས་རྣམ་
པ་བཞི་སྟེ། སྟོང་ལས་སྒྲེས་པ་དང་། གྲོད་གཤེར་ལས་སྒྲེས་པ་དང་། མངལ་ནས་
སྒྲེས་པ་དང་། རྩས་ཏེ་སྒྲེས་པ་འོ། །སྒྲེ་གནས་རྣམ་པ་བཞི་ནི་མེད་ན་ན་ཡང་
རྫོགས་པར་མཆིས་སོ། །དབེར་ན་དག་སྟོང་གི་རྩ་ལ་དང་། ལྷ་བ་གི་པ་ལ་དང་།
ཁྱིམ་བདག་ནི་ཀ་ལའི་མ་དང་། ཁྱིམ་བདག་ནི་ཀྱ་ཏའི་མ་དང་། ཁྱིམ་བདག་པན་ག་
ལའི་མ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ལ་སོ་སོ་ནས་བྱ་ལྷ་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་མཆིས་ཏེ། ཐམས་ཅད་
སྟོང་གཅིག་གི་ནང་ནས་སྒྲེས་ཏེ། དེ་བས་ན་མི་ལ་ཡང་སྟོང་ལས་སྒྲེས་པ་མཆིས་



སོ། ། འོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་པ་ནི། ཇི་ལྟར་བཙམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་
 རྩོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཛད་པ་ན་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བོ་སྐྱེས་ཞེས་བགྱི་བར་བྱུར་པ་
 དང་། རྒྱལ་པོ་ལག་ན་སྐྱེས་ཞེས་བགྱི་བར་བྱུར་པ་དང་། ད་ལྟར་གསུངས་པ་ལུ་མོ་
 ཨ་ལྷའི་གིང་དང་། ལུ་མོ་ག་ཕྱི་ཏའི་གིང་ཞེས་བགྱི་བ་མཆིས་པས་ན་མི་ནང་ན་འོད་
 གཤེར་ལས་སྐྱེས་པ་ཡང་མཆིས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། མཛོད་ལས་གྲང་།
 དེར་ནི་སྒོ་ང་ལས་སྐྱེས་སོགས། ། སེམས་ཅན་སྐྱེ་གནས་བཞི་དག་ཏུ། །
 མི་དང་དྲུང་འགོ་ནམ་པ་བཞི། ། ཞེས་གསུངས་སོ། ། དེ་ལས་མི་རྩལ་ཏེ་སྐྱེས་པ་ནི་
 རྩོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དག་ལས་བྱུང་བ་ཙམ་ལས་ད་ལྟ་དངོས་སུ་བྱུང་བ་མ་ཐོས། སྒོ་ང་
 ལས་སྐྱེས་པ་ནི་གོང་དུ་སྒོ་སྐྱེས་པ་བཞིན་ལ། གཞན་ཡང་། ཆོང་པ་དག་རྒྱ་མཚོའི་ནང་
 ཏུ་བྱུ་ཞིག་ཏེ་བྱུང་བྱུང་མོ་དང་འདུས་པ་ལས། གནས་བརྟན་བྲག་དང་ཉི་ཤ་བྲག་
 ཅེས་པའི་མི་གཉིས་སྒོ་ང་ལས་སྐྱེས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུས་མཚོན་ནོ། །
 དེང་དུས་སུ་མཐོང་བ་ནི། ཉིན་རུ་ཉི་ཞེ་ཡའི་པོ་ལོ་གྲིང་གི་ནགས་སྒྲོང་ནས། རབ་
 འབྱམས་པ་ཨོ་རྩེ་ཆུ་དང་ཁོའི་གོགས་མི་བཅུ་བཅས་གནའ་མིའི་འཛོལ་བར་ཞིབ་
 འཇུག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ན། སྒོང་སྐྱེས་ཀྱི་མི་མང་པོ་དང་འཕྲད་དེ་ལུང་མེད་ནམས་སྒོང་
 ང་དགར་ལ་ཆེ་བ་མེད་ལྟར་དུ་བསྐྱད་ནས་ལུས་འོད་ཀྱིས་སྒོང་དེ་དག་སྒྲོང་ཞིང་
 འདུག དེ་དག་མངལ་ཆགས་ནས་ཟླ་བ་དུག་གི་འཚམས་སྒོང་དེ་དག་སྐྱེས། དེ་ནས་
 ཟླ་བ་གསུམ་བསྐྱངས་རྗེས་སྒོང་ལུན་དོལ་ཏེ་ཐུག་ཀྱང་དག་ཕྱིར་འབྱུང་ཞེས་གསུག་གོ། །
 དེར་སངས་སྒོང་སྐྱེས་ཀྱི་མི་དེ་གིན་ཏུ་ཡ་མཚན་པའི་གནས་སུ་བྱེད་གྲང་། རང་ཅག་ལ་
 བོ་ལོ་སྒོང་ཐུག་གཉིས་ཀྱི་གོང་ནས་གསུམ་གིང་སྒོ་གྲོས་གསུམ་ལུ་དག་ཡན་ཆད་
 ཀྱིས་ཁ་ཐོག་འཁོར་ལོ་བྱེད་བྱེད་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་བས་སོ། ། འོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་
 པ་རང་མེད་རྩོན་པའི་སྐྱུ་དུས་སུ་བྱུང་བ་བྱུང་འདས་ལས། ལུ་མོ་ཨ་ལྷའི་གིང་ཞེས་པ་

དེ་ནི་འདུལ་པ་ལུང་ལས། དེའི་ཚེ་ཡངས་པ་ཅན་ན་ཡི་ཙམ་མིང་ཆེན་གྱི་སྤྱི་མོས་
 ཚལ་ན་ཨ་མའི་ཚལ་ཡོད་པ་དེར་སྒོ་བྱུང་བྱིང་གི་ཐོང་བ་ཞིག་སྤྱོད་པ་ཀྱན་དགའ་
 ར་བ་སྤྱང་བས་མཐོང་ངོ། །དེ་མ་ཐག་མེད་ཀྱི་ཆགས་པ་དང་། རོ་མཚར་ནས་མིང་
 ཆེན་ལ་སྤྱོད་པ་དང་། དེས་ལྷས་མཐན་བཀུག་ནས་བསྟན་པས། དགུང་བདུན་གྱི་
 ཉིན་པར་གས་ནས་སུ་མོ་ཞིག་འབྱུང་ངོ། །དེས་དེར་སྤྱང་མ་རྣམས་བཀོད་ནས་ཉི་མ་
 བགུང་བ་ལ་ཞུགས་སོ། །ཉི་མ་བདུན་པ་ལ་རྒྱ་མིང་ཐོང་བོ་གས་ནས་སུ་མོ་གཟུགས་
 བཟང་བ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། དེ་རྒྱང་མ་ལ་གཏད། ཨ་མ་སྤྱོད་མ་ཞེས་མིང་བཏགས། ཅེས་
 གསུངས་ཏེ། ཕྱིས་སུ་མོ་ཆེར་སྤྱོད་པ་ན་སྤྱད་ཆོང་མར་གྱུར་ནས་རྒྱལ་པོ་གཟུགས་
 ཅན་སྤྱང་པོ་དང་འབྲུད་དེ་སུ་གཞོན་ནུ་འཛིགས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ཞིག་སྤྱོད་པ་དེ།
 སྤྱན་པ་འཚོ་བྱེད་རྒྱང་དུ་ཉུས་སུ་སྤྱིད་མིང་བ་པོ་དང་དེའི་སྤྱོད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །
 མི་དྲོད་གཤེར་ལས་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲ་བ་དེར་སངས་བྱུང་བ་མ་ཐོས་ལ་དྲུང་འགོ་གི་
 ཏུ་མང་ངོ། །དེ་རྣམས་ལས་འདིར་མངལ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷས་གྲུབ་ཚུལ་ནི། ཆོ་འདིའི་པ་མ་
 གཉིས་ཀྱི་ཁྱུ་ཁྱག་མའི་མངལ་དུ་འདེས་པར་གྱུར་པ་ན། བར་དོའི་སེམས་ཅན་གྱི་
 རྣམ་ཤེས་དེར་ཞུགས་ནས་བརྒྱལ་ཏེ་ཐོང་། དེ་ནས་བརྒྱང་ཁྱུ་ཁྱག་དེ་གཉིས་རིམ་
 བཞིན་སེམས་ཅན་གྱི་ལྷས་སུ་འགྱུར་ཏེ། རང་རེའི་གཞུང་དག་ལས། ལྷ་བས་དང་པོ་
 མེར་མེར་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཕྱི་ནས་སྤྱིས་མ་ལྷ་བས་གཡོགས་གིང་ནང་རྒྱན་པ། ལྷ་བས་
 གཉིས་པ་རྒྱར་རྒྱར་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཞོ་ལྷ་བྱ་ལ་གཉིད་ཏུ་མ་གྱུར་པ། ལྷ་བས་གསུམ་པ་
 ལྷར་ལྷར་པོ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིད་ཏུ་གྱུར་ལ་སྤྱོད་པ། ལྷ་བས་བཞི་པ་འབྲང་འབྲུར་ཞེས་
 བྱ་བ་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་མཐོན་བཟོད་པ། དེ་ནས་རྒྱང་ལག་འབྱུགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡན་
 ལག་རྣམས་ཀྱི་མཚན་མ་གཉིས་ལྷ་བྱ་བུ་རེ་འབྱུང་། དེ་རྣམས་ཡན་ལག་ཏུ་སྤྱིན་ནས་



མིམ་བཞིན་ཕྱིར་བཅང་ལོ། །ཞིབ་པར་ནི་དགའ་བོ་མངལ་འཇུག་གི་མདོ་དང་རྒྱད་
ལས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །མངལ་དུ་ལུས་སྒྲིན་པ་དང་བཅང་བའི་དུས་ཀྱི་ཚད་ནི་
མ་དེས་ཏེ། རང་དེའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པ་སྒྲར་ནམ་ཤེས་མངལ་གནས་ཀྱི་
སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ལ། དེང་སང་བྱུང་བའི་ཕུར་ཀ་རི་ཡའི་ཕུ་མོ་ཏུས་མེ་ཕུ་ལ་
ལ་ཞག་སོ་དུག་ནས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་བྱིས་པ་བཅས་པ་དང་། དབྱིན་རིའི་ཅད་
མེད་ཏུ་ཏེས་ཁུ་ལ་ཟླ་བ་བཅུ་གསུམ་ལྟག་ཙམ་ནས་བཅས་པ་དང་། རྒྱ་ནག་ཏུ་བེ་
ཡན་གོ་རྫོང་གི་བགེས་མོ་ཞིག་གི་ལྟོ་ནས་ལོ་སུམ་ཅུའི་རིང་མངལ་དུ་གནས་པའི་
བྱིས་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་མོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་འགའ་ལས་ལོ་བཞི་བཅུའི་རིང་ལ་
མ་བཅས་པའི་ཁྱེའུ་ཞིག་བྱུང་རྒྱལ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་ད་ལྟའི་ལུས་འདི་ནི་དེ་ལྟར་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁུ་ཁྱག་ལས་གསར་དུ་བྱུང་བ་
ཡིན་ནོ། །ལུས་ཀྱི་མདོག་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དག་ཀྱང་ཁུ་ཁྱག་སོགས་ཀྱིས་བྱེད་དེ།
མི་དང་མི་མིན་གྱི་ཁུ་ཁྱག་འདྲེས་པའི་དབང་གིས་མི་མིན་འདྲེ་མིན་གྱི་སྒྲེ་བོ་དག་བྱུང་
ཞིང་། མི་དང་དུད་འགྲའི་ཁུ་ཁྱག་འདྲེས་པས་མི་མིན་ནོར་མིན་དག་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ།
འདུལ་བ་ལུང་ལས། དད་བ་ཅན་མང་བོ་མཉན་ཡོད་དུ་འོངས་ནས་ཟང་ཟིང་གི་རྟེན་
པ་དང་མཚོད་པས་སྒྲེ་བོའི་ཚོགས་རྣམས་ཚིམ་པར་བྱས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་འབྱོར་བ་
མཚོག་མཐོང་ནས་མི་མ་ཡིན་ཁ་ཅིག་དེ་ཉིད་དུ་མཛོན་པར་དགའ་ནས་འདུག་པ་དེ་
དག་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་དཀྱིས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཚོ། སྤང་མེད་དག་གི་ཁྱོ་
ཕྱི་རོལ་དུ་སོང་བའི་ཆ་ལུགས་སུ་བདག་ཉིད་སྐྱལ་ནས་དེ་དག་དང་དགའ་མ
གྱར་སྐྱད་པས་རྒྱ་མཐུན་པ་ལས་ཁྱེའུ་དང་ཕུ་མོ་རྣང་ལག་དང་། མིག་དང་། ལུས་མི་
སྟུག་པ་སྒྲེས་ཏེ། ཁ་ཅིག་ནག་ལ་མིག་དམར། ཁ་ཅིག་མགོ་ཆེ་ལ་ལུས་རྒྱང་། ཁ་
ཅིག་མགོ་ཆེར། ཁ་ཅིག་སྐྱ་ལྗང་གྱུའོ། །དེ་དག་མཐོང་བས། མ་དངངས་ཏེ་ཁྱིམ་གྱི་

བར་དང་། ཚར་ཚིང་གི་བར་དུ་བོར་བས་མི་མ་ཡིན་གྱི་མདངས་གྱིས་གསོའོ། ཁ་
 ཅིག་མིའི་གཟུགས་སུ་གསལ་བར་སྒྲེས་གིང་ཆེར་སྒྲེས་པའི་ཆོ་འཕྲུང་བ་ཕྱོན་པ་དག་
 ཀྱང་མས་ལམ་བོ་ཆེའི་ཁར་བོར་བས་མི་མ་ཡིན་གྱི་མདངས་གྱིས་གསོའོ། ཞེས་
 དང་། དྲང་སྤྱང་མངོན་གསུང་དང་ལྟན་པ་ཞིག་གིས་བྱུགས་གིག་ཏུ་གཅིན་ཁུ་བ་
 དང་བཅས་པ་ཞིག་གཅིས་སོ། ཁྲོ་བྱར་དུ་རི་དྲགས་མོ་སྒྲོམ་པས་ཉེན་པ་ཞིག་དེར་
 འོངས་ཏེ། དེ་འབྱུངས་ནས་མོའི་དབང་བོ་ལ་བསྐྱམས་སོ། དེ་ནས་དུས་གཞན་ཞིག་
 བ་སྒྲེའུ་ཞིག་བྱུང་བ་དང་། དེས་དེ་བསྐྱམས་པ་ན། སྐལ་བ་མི་མཐུན་པའི་སེམས་
 ཅན་ཡིན་པར་གཤམ་ནས་བོར་ཏེ་སོང་ངོ་། དྲང་སྤྱང་དེས། དེ་རང་གི་སུ་ཡིན་པར་
 གཤམ་ནས་གསོས་པས་ཆེར་སྒྲེས་པ་ན། དེའི་མགོ་རི་དྲགས་འདྲ་བས་རི་དྲགས་མགོ་
 ཞེས་བཏགས་སོ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

རི་དྲགས་མགོ་འདི་ཕྱིས་ཕྱོན་པའི་བསྐྱུན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བསྐྱེན་པར་རྫོགས་ནས་
 བསྒྲོམས་པས་དག་བཅོམ་པ་ཐོབ་བོ། དེས་ན་དེར་སང་སེམས་ཅན་རིགས་མི་
 གཅིག་པ་དག་གི་སྒྲ་བྲག་ཡན་ཚུན་བསྐྱེས་ནས། གཟུགས་དབྱིབས་མི་སྟག་པའི་
 འགྲོ་བ་བསྐྱེད་དེ་དེ་ཉིད་གསར་མཐོང་དང་གསར་རྟེན་ལྟ་བུར་བཅི་བར་འདུག་མོད།
 རང་ཅག་གི་གཞུང་ལས་ནི་སྤར་ནས་གསུངས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ལུས་ལས་སྒྲ་བ་སྤངས་ནས་གཞན་གྱི་མངལ་དུ་
 ཐུགས་ཏེ། རིགས་བརྒྱད་སྒྲེལ་བར་བྱེད་པ་དེའང་ཕྱོན་ནས་གསུངས་ཏེ། འཆར་
 ཀའི་སྒྲ་བ་གོས་གྱི་ངོས་ལ་ཆགས་པ་ཞིག་སྤེད་མས་རང་གི་མངལ་དུ་ཐུགས་པས་
 བཅོམ་ལྟན་འདས་གྱིས་དེ་ལ་སྒྲ་འབྱུང་བར་ལུང་བསྐྱུན་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བྱུང་ཞྏ།
 རི་སྤྱང་དུ། སྤེད་མ་ཆགས་གིང་དུལ་བའི་སེམས་གྱིས་སྒྲ་བ་དེ་རང་གི་མངལ་སྒོར་



ལྷགས་མོ། །ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་པས་དེ་ལ་སེམས་ཅན་
 ལྷགས་པ་དང་། ཞེས་དང་། ལྷག་ཞེན་རྩ་འོད་སྤངས་ཞེས་བྱ་བ་བཅའ་ཞིང་ངའི་བརྟན་
 པ་ལ་རབ་རྩ་བྱུང་ནས་དག་བཅོམ་པ་འཛོལ་སྟེ། ངའི་གཏམ་སྣ་ཚོགས་དང་གཏམ་
 སྟན་པ་དང་། སྟོབས་པ་དགེ་བ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་རྩ་འཁྱུར་རོ། །ཞེས་བཅོམ་
 ལྷན་འདས་གྱིས་བཀའ་སྩལ་ཏེ། བྱིས་ཁྱེད་དེ་དེ་ལྟར་བཅས་སོ། །དེ་ལྟར་སེམས་
 ཅན་རིགས་མི་འདྲ་བའི་བྱ་བྱས་བསྐྱེས་པས་གདོད་དུ་བྱེད་སོགས་ཀྱང་སྣ་ཚོགས་
 པ་འབྱུང་བ་མ་ཟད་སེམས་ཅན་གང་རུང་གཅིག་གི་ལྷས་ལས་ཁྱེད་འཇམ་ཁྱེད་སྤངས་
 ཏེ་སྦྱོད་བསྐྱངས་ན་སེམས་ཅན་དེ་དང་གིན་རྩ་འདྲ་བའང་འབྱུང་སྟེ། ཉེ་ཆར་དུ་བྱོན་
 རིའི་ཚན་རིག་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་གཅིག་སྦྱོད་
 བསྐྱངས་བྱས། དེ་ཡང་ཁོང་ཚོའི་ཐོག་མར་མོ་ལྷག་ཅིག་གི་ལྷས་ལས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་
 པའི་མངལ་བྱ་གཅིག་སྤངས་ཏེ། མངལ་བྱ་གཅིག་དེའི་སྤྱུང་གི་སྦྱིང་པོ་བསལ།
 དེ་ལྟར་བྱས་པས་སྤྱུང་དེ་སྦྱིང་པོ་དང་བྱལ་བའི་སྤྱུང་སྦྱིན་གཟུགས་ཅམ་དུ་
 གནས། དེ་ནས་ཡང་མོ་ལྷག་གཞན་ཞིག་གི་རྩ་མའི་གཤེར་མེན་ལས་དུམ་བུ་ཞིག་
 སྤངས་ནས་སྦྱོད་བསྐྱངས་རྗེས་དེའི་ནང་ནས་གཤེར་མེན་གྱི་སྤྱུང་རྒྱུང་བ་སྤངས་ཏེ།
 སྤྱུང་གི་སྦྱིང་པོ་བསལ་བའི་མངལ་བྱ་དེར་བསྐྱེས། སྤྱུང་སྤྱི་གཉིས་པོ་འདྲེས་
 སུ་བརྟེན་སྟེ་ཞག་རྩལ་བདུན་ཅམ་སྦྱོད་བསྐྱངས་ནས་སྤྱུང་དུ་མར་གྱུར་པའི་ཆེན་།
 མོ་ལྷག་གཞན་ཞིག་གི་མངལ་དུ་ལྷགས་ནས་སྦྱོད་བསྐྱངས་པས་མཐར་ལྷག་གྱ་
 དངོས་སུ་གྱུར་ཏེ་བཅས་སོ། །དེ་ལྟར་ལྷག་གཅིག་ལས་མངལ་བྱ་གཅིག་གི་སྤྱུང་།
 གཅིག་ལས་རྩ་མའི་གཤེར་མེན་སྤྱུང་། གཅིག་གི་མངལ་དུ་བསྐྱངས་པ་སྟེ་གསུམ་
 ཆར་ཡང་མོ་ལྷག་འབའ་ཞིག་ལས་ཐོའི་ས་བོན་ཡེ་མེད། ལྷག་བར་མ་དེ་དང་ལྷག་
 གྱ་གཉིས་ནི་རྩ་ཅང་འདྲ་བར་བྱུང་འདུག་པས་ལྷག་གྱ་དེ་གཤེར་མེན་གྱི་སྤྱུང་གང་

ལས་སྒྲངས་པའི་ལྷག་དེའི་འདྲ་བའོ་ཡིན་ཟེར། རྒྱ་མཚན་འདིའི་རྗེས་སྤྲད་པ་ག་ན་
 མི་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་བྱར་བལྟ་ཟེར། འོན་ཀྱང་མི་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པ་ནི་རེ་ཞིག་བཀག་སྡོམ་
 བྱས་འདུག་དེ་ལྟ་ནའང་མི་མང་པོས་རང་ཉིད་འདྲ་བའོ་བྱ་རྒྱའི་ལྷན་བྱས་ཏེ། སྒྲར་
 ཡང་མི་ཆོ་གཅིག་རིང་འཆོ་ཆོག་པའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིས་པ་ཡིན་མཆོ། འོན་ཀྱང་། དེ་ནི་
 སྒྲོང་བསམ་རང་དུ་འདུག་སྟེ། བདེ་སྤྱད་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་སྒྱུར་
 ཅིང་། རང་མ་བདག་ཅེས་འཛིན་ས་ནི་སེམས་འདི་ཡིན་གྱི་གཞུགས་སྤང་ཙམ་ཞིག་
 ག་ལ་ཡིན། སེམས་ནི་སྤྲུལ་གྱི་འདྲ་བའོ་བྱེད་ཐུབ་པ་མ་བྱུང་ལ་འབྱུང་བར་ཡང་
 མི་འབྱུར། བྱ་ཡང་མི་དགོས་ཏེ་རང་ཉིད་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འགོ་བའི་ཕྱིར་ནོ། །དེས་
 བ་གོང་གི་ཐབས་དེས་རང་དང་འདྲ་བའི་གཞུགས་སྤང་ཞིག་འོང་དུ་རྒྱག་གྱང་དེ་
 བདག་ཉིད་ག་ལ་ཡིན། དཔེར་ན། ས་དང་གདོང་དབྱིབས། རྒྱན་གདངས། སྒྲིབ་
 ལམ་སོགས་གིན་ཏུ་འདྲ་བའི་བྱ་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་དེ་ཉིད་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པ་
 བཞིན་ནོ། །སྒྲིབ་ཀྱི་འདྲ་བའོ་བྱེད་པའང་གཞུངས་སྤང་གི་སྒྲིགས་པ་ལ་ཆེ་བ་ཞིག་འདྲ་བ་
 ཡིན་གྱི་ཐམས་ཅད་ནི་འདྲ་བར་ཡང་མ་དེས་ལ། སེམས་ནི་རང་རང་གི་སྒྲོན་གྱི་བག་
 ཆགས་ཀྱི་རྗེས་སྤྲད་པ་ལས་འདྲ་བ་མི་འབྱུང་སྟེ། གཞུགས་གིན་ཏུ་འདྲ་བའི་མཆོ་
 མ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་བཞིན་ནོ། །ཀྱེ་མ། རང་གི་སེམས་རྒྱན་པར་མ་ཆད་དུ་འབྱུང་བ་
 ཡིན་པ་མི་ཤེས་པར། བདག་མ་ཡིན་པ་ལ་བདག་ཡིན་དུ་རེ་བ་ནི། རི་རྒྱན་དུ། གང་
 ཞིག་ཡོད་པ་མི་མཐོང་མེད་མཐོང་བ། །འདི་འདྲའི་མྱོངས་པ་ཆབས་ཆེན་འདི་ཅི་
 ཞིག་ཅེས་གསུངས་པ་ཉིད་དེ་སྒྲིང་རྗེ་པའི་གནས་སོ། །

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་སྒྲིབ་བཅིང་བྱ་ཐབས་འདི་ལ་བྱི་རྒྱད་དུ། ལུ་ལོང་cloneཞེས་བྱ་
 ཞིང་༡༩༩༧ལོའི་ལྷོ་ ༡ པར་ཐབས་འདིས་ལྷག་གྱ་ཞིག་བདེ་སྤྱད་ཏུ་བསྒྱུར་པ་དེ་ལ་



བསྐྱུགས་པས་འཛམ་གླིང་ཤིང་པོ་ལྷན་ཟུང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་ལྟར་རོ། །འོན་ཀྱང་།
 འདི་ལ་དེ་ཙམ་ཏུ་ལས་རྒྱ་མེད་དེ་སྤྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཁྱུག་ཁོ་
 བར་མ་དེས་ཏེ། ས་སོགས་གྱི་བྱོད་གཤེར་དང་། ཤིང་སྡོང་དང་། མེ་ཏྲག་དག་ལས་
 གྱང་འབྱུང་རུང་ཞིང་། རྒྱ་རྒྱུན་དེ་དག་ཚོགས་པའི་ཚེ་ན། གོང་དུ་བྱངས་པའི་འདུལ་
 ལུང་ལས། ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་དེ་ལ་སེམས་ཅན་
 ཞུགས་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སེམས་ཅན་བར་དོན་གནས་པ་རྣམས་གྱི་རྣམ་ཤེས་
 གྱང་འཇུག་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །པ་མའི་ཁྱུག་གཉིས་ཀ་ཚོགས་པ་མ་ཡིན་པར་པོ་
 མོ་གང་རུང་འདི་ལུས་ལ་བརྟེན་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་གྲུབ་ཚུལ་འདི་སྤར་ནས་ཡོད་
 དེ། རྒྱལ་པོ་གསོ་སྦྱང་འཕགས་ཞེས་བྱ་བའི་བརྒྱ་གཡས་པ་ལས་མཛེས་པ་དང་།
 གཡོན་པ་ལས་ཉེ་མཛེས་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུངས་ཚུལ་སོགས་ཁོ་པོ་ཅག་གི་གཞུང་ལས་
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ནི་སྤྲ་ཚོགས་
 ཡོད་ལ། གང་དུ་རྒྱུའི་ཚོགས་པ་དེ་དག་ཚང་བ་དེར་ནི་བར་དོའི་སེམས་ཅན་ཞུགས་
 བར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། སྤིང་བ་བར་མའི་སྒྲིབ་པོ་ལུས་ཚོལ་བ་དག་གིས་གང་
 སར་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་ལས། མ་འགག་བས་ལྟའི་མིག་གིས་རྒྱ་ལ་
 བརྟགས་པ་ན་བར་དོའི་སེམས་ཅན་གྱིས་གང་ནས་ཡོད་པ་མཐོང་བས། སྟོན་པས་
 ལྟའི་མིག་གིས་རྒྱ་མི་བརྟག་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་། ལུས་སྦྱིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན་པ་མའི་ཁྱུག་སོགས་ད་ལྟ་མཐོང་རུང་བའི་འབྱུང་
 བ་འདི་རྣམས་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། སྦྱེ་བ་སྤྲ་མའི་སྦྱེ་མཆེད་
 རྣམས་དང་དགེ་ཤིག་གི་ལས་སོ། །དེ་ཡང་རྣམ་འགྲུལ་ལས། ཚེ་འདི་ཉིད་གྱི་སྦྱེ་
 མཆེད་ལ། །ལུས་གཞན་སྦྱིད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས། སྦྱེ་བ་སྤྲ་མའི་
 སྦྱེ་མཆེད་རྣམས་སྦྱེ་བ་ཕྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་རྒྱུའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཡིན་ཞེས་འདོད་དགོས་

སོ། །འདི་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ནི། སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའི་ལུས་ལ་
 མཚན་གྱིས་མྱས་པ་དེའི་ཤུལ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའི་ལུས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་གནས་དེ་དང་དེར་
 འཇུག་མེད་དུ་བྱུང་བ་དེ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ལུས་སྐྱེ་བྱིན་ཤིང་འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་
 མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ལྟ་བུའི་ལུས་ལ་མཚན་བཏབ་པའི་ཤུལ་བྱི་མའི་ལུས་ལ་ཅིའི་
 བྱིར་འོང། དེས་ན་ལུས་སྐྱེ་བྱིན་ཤིང་འབྲེལ་བ་ཞིག་དེས་པར་ཡོད་འདུག་ ལྟ་བུའི་
 མ་ཤུལ་བྱི་མ་ལ་འོང་བ་འདི་ནི་སྤྱིར་ནས་ནང་བ་སངས་རྒྱས་པ་ནས་བྱི་རོལ་སྤྱི་
 རྟེན་པས་པའི་བར་ལ་མཐུན་སྤྱིང་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེར་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་གནས་
 རྗེས་སྤྱིང་བ་དག་གི་ཁྲོད་ན་འད་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། གོང་སྤྱོད་བཞིན་ཨ་ལེས་གསོད་
 སྒྲུབས་མགོ་ལ་བསྟན་པའི་མ་ཤུལ་དེ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའི་སྤྱི་ཕྱི་མའི་མགོ་ལ་གསལ་བར་
 ཡོད་པ་དང་། ལྟ་བུའི་སྤྱོད་མའི་དབྱེད་པའི་སྤྱིང་ན་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུང་མས་གིས་མྱས་ཤུལ་
 ཡོད་པ་དང་། དབྱིན་དམག་གི་ནས་དེ་ཡིར་སྤྱོད་པའི་ལུས་ལ་སྤྱི་མའི་མེ་མདའ་ལོག་
 པའི་ཤུལ་ཡོད་པ་དང་། འཇར་པན་གྱི་དམག་མའི་ཡང་སྤྱིད་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་མའི་ལུས་
 ལ་སྤྱོད་མེ་མདའ་བརྒྱབ་པའི་ཤུལ་ཡོད་པ་སོགས་སོ། །

གཞན་ཡང་ཆོ་འདིར་དོན་སྤྱོད་དག་ལས་གང་རུང་ལ་ནད་ཡོད་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་བཅོས་
 ཐབས་མ་བྱུང་བ་དག་ལ་གཉིད་འབབས་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིད་པ་བྱིར་
 བསྐྱོགས་པས་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའི་ལོ་ན་སྤྱོད་དེ་དང་དེར་མཚན་གྱིས་མྱས་པ་སོགས་
 ཀྱི་ཀྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ཤེས་པ་དུ་མ་འདུག་སྟེ། ལྟ་བུའི་བཤད་པའི་སྤྱིང་མེད་ཏུ་ན་
 དང་ཨན་ནེའུ་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་སྟེ། གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིན་ཏུ་
 མང་པོ་དག་གསོ་རིག་རབ་འབྱུངས་པ་སོགས་མཁས་པ་སོ་སོས་བཅུ་མས་པའི་དེབ་
 རྣམས་ན་བྱིས་འདུག་གོ། སྤྱོད་དཔོན་རྒྱ་བ་གཤགས་པས་བྱུང་། བཞི་བརྒྱ་པའི་



འབྲེལ་པ་ལས། ཆོ་མའི་ལུས་ཀྱི་སྤྲེང་གི་སྤྲེང་གི་སྤྲེང་ལ་འོངས་
 པ་འདི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཙམ་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་ཚུལ་དཔེ་དང་བཅས་པའི་སྒོ་
 བས་གསུངས་སོ། །རྒྱ་དེ་དག་ལས་ཀྱང་གཙོ་བོ་ནི་ལས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་ཉིད་
 ཡིན་ཏེ། འཇུག་པ་ལས། སེམས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཙན་འཛིག་རྟེན་དང་། །སྤོད་
 ཀྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཉམ་ལྷན་ཆོགས་བཞོད། །འགོ་བ་མ་ལུས་ལས་ལས་སྐྱེས་པར་
 གསུངས། །ཞེས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་འདི་ལས་སྐྱེ་མཆེད་གཞན། །དེ་ཡི་བཟང་ངན་
 ལས་ཀྱིས་བྱེད། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། མི་ནས་དུང་འགོ་དུང་འགོ་ནས་
 དབྱལ་བ་དང་ཡི་དྲགས། དེ་རྣམས་ནས་ལྷ་དང་མི་ལ་སོགས་པའི་ལུས་སྤྱ་ཆོགས་
 བས་སྤྱ་ཆོགས་འདོར་ལེན་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ནི་དགེ་མི་དགེའི་ལས་མ་གཏོགས་
 གཞན་གྱིས་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལུས་དབྱིབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དག་ཀྱང་ལས་ཀྱི་
 དབང་གིས་གཞན་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པ་ཡིད་དེ། རང་རེའི་གཞུང་ལས་བཟོད་པ་
 བསྒྲུབས་པས་གཞུགས་མཛེས་པར་འགྱུར་བ་སོགས་མང་དུ་གསུངས་ལ། དེ་བཞིན་
 དུ་༡༧༥༥ལོའི་ལྷ་ལ་པའི་ཆོས་༡༥དང་ཆོས་༡༥ཀྱི་རྒྱ་ནག་གི་སྐབས་དོན་སྙན་ཁྱེད་
 གསར་ཤོག་ལས། ༡༧༥༥ལོའི་ཉིན་ཞིག་མ་ལེ་ཞི་ཡའི་ཆོན་གྱིང་ཡན་ལུན་གྱིང་
 བདལ་གྱི་ཞིང་པ་དབུལ་པོ་ཀྱང་ཆོས་ཐན་གྱིས་འཕྱུ་རྒྱུ་སྐབས་སྟོག་ཆགས་ཁན་
 རྣམས་ཅེས་མཐོང་། དེ་ནི་ལུས་ལ་རྩ་བའི་སྐྱེས་ཤིང་སྤོད་ལ་གྲོག་སྦྱར་གྱི་
 རིགས་ཁ་ཟས་སུ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྟོག་ཆགས་ཤིག་གོ། །དེས་དེ་མཐོང་བ་དང་གཞུང་
 པར་བརྒྱུ་མཆོས་དོང་དུ་འཇུག། དེར་དེའི་བྱིས་བགས་མ་པོའང་བྱུང་ཞིང་། ལུས་
 ལ་མངལ་ཆགས་ནས་ལྷ་བཞི་ལོན་པའི་རྒྱུང་མ་ལུན་ཤན་ཡང་བྱུང་སྟེ་བྱིས་མི་ཡོངས་
 ཀྱིས་གསོད་སེམས་དྲག་པོས་གསོད་པར་བརྒྱུས། ཐབས་གཞན་མ་རྟེན་ནས་དུ་
 བས་བདུག་ན་ས་ཁར་འོང་དུ་རེ་ནས་དོང་ཁར་ལུང་ཤིང་མང་དུ་སྦྱངས་ནས་མི་

བཏང་སྟེ་བསྟེན་པ། དེ་ནས་སྒྲུ་ལུ་འདས་ནས་རྒྱུང་མ་ལ་ཕུ་མོ་གིན་ཏུ་འཇགས་སུ་
རྒྱུང་བ་སྟོག་ཆགས་ཁྲན་རྩན་ཅ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་གཞུགས་དབྱིབས་ཅན་ཞིག་
བཅས། མས་ཕུ་མོ་མཐོང་མ་ཐག་དངངས་སྒྲག་གིས་བརྒྱལ། གྲོང་གི་མི་རྣམས་
གྱིས་ཤེས་ནས་སྟོག་ཆགས་དེ་ནང་སོན་ཆོ་ཁོང་ཆོར་གཞོད་པ་བྱེད་ཏུ་འོང་ངོ་སྟུང་སྟེ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོས་ཐན་གྱི་སྒྲོར་སོང་སྟེ་སྟོག་ཆགས་དེ་འབྲལ་ཏུ་ཁོང་ཆོར་སྟོང་
དགོས་ཞེས་སྒྲུ་པ། ཀྱང་ཆོས་ཐན་བཟའ་མི་གཉིས་གྱིས་དེ་སྟེང་ན་གསོད་ངེས་ཡིན་
པ་ཤེས་ནས། དེ་གི་ཟེན་ལོ་ཞེས་རྒྱན་སྒྲུ་པ། དེས་ནས་བཟུང་ལོ་སྟུང་རྩ་ལྷག་གི་རིང་
ལ་ཉི་འོད་ཅུང་ཡང་མི་མཐོང་བའི་ཁང་ལྷག་ཏུ་སྒྲུ་པ་ཉེ་བཞག་ ༡༧༡༩ལོའི་ལྷ་༩པའི་
ནང་སྟོག་ཆགས་དེ་ཡུལ་མི་དག་གིས་སྟོ་ཕུར་ཏུ་མཐོང་བས་ད་ཏུང་མ་གི་བར་ཤེས་
ཀྱང་དེས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པ་རྟོགས་ཉེ་བཏང་སྟེ་མས་སུ་བཞག་ འཆོ་བ་
གསར་པ་ཞེས་པའི་གསར་འགྱུར་ཁང་གིས་སྒྲན་པ་བསྒྲུ་པ་ཉེ་སྟེན་བཅོས་བྱེད་ཏུ་
བཅུག་ཀྱང་སྒྲན་པས་སྒྲན་གྱིས་བཅོས་ཐབས་མི་འདུག་ཟེར་རོ།

༡༧༡༩ལྷ་༩ཆོས་ཉིན་ཚུམ་འབྲི་པ་སྒྲུ་ཞབས་པེ་ཡང་ཞེས་པ་མ་ལེ་ཞི་ཡར་སྟོབ་
ཁྱིད་ཏུ་ཕྱིན་སྒྲུ་པས་འཆོ་བ་གསར་པའི་གསར་འགྱུར་ཁང་གི་གཙོ་བོ་དང་སྟེ་བྱུ་བ་
ཚུམ་སྒྲིག་པ་གཉིས་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་ཅིང་ཕུ་མོ་དེར་བལྟ་བར་བསྒྲུ་ལ། སྒྲུ་ཞབས་
པེ་ཡང་གིས་སྒྲུ་པ། ངས་ཕུ་མོ་དེའི་དབྱིབས་འདི་དང་འདྲ་ཞེས་འཆད་མི་རུས་ལ་
ཅིས་ཀྱང་བཤད་དགོས་ཆོ་དེ་གའི་ཡུལ་མི་དག་ཟེར་བ་ལྟར་མི་ཁྲན་རྩན་ཅ་ཞེས་
བརྟོད་ན་འགྲིགས་འདུག་སྟེ། མའི་མགོ་ལ་སྒྲུ་ལེ་མེད་ཅིང་སྒྲུ་གཏིང་ཏུ་རུབ་པ།
མཆུ་ཕྱིར་འཕར་བ། མདུན་སོག་ཅིག་གྲང་ཆེན་གྱི་མཆོ་བ་དང་འདྲ་བ། ལུས་ཡོངས་
ལ་གསལ་སྟེན་པ། མིག་ལ་མིག་བགས་མེད་པ། ཉའི་མིག་ལྟར་སྒྲོར་སྒྲོར་མོད་ང་



མིག་མཐའ་ལྟགས་སྟེག་ལྟར་དམར་བ་སྟེ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྟག་འདར་འོང་བ་
 ཞིག་གོ་ཞེས་དང་། ཡང་༡༧༧༩ལོའི་དབྱིད་ཁུལ་སུ་མེད་ག་པོ་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་གསར་
 འབྱུར་ཆེན་པོ་ཁག་གཉིས་ཏེ་སྐར་གླིང་གསར་ཤོག་དང་སྟོ་རྒྱ་མཚོའི་ཆོང་ལས་
 གསར་ཤོག་གཉིས་ལས། མ་ལེ་ཞི་ཡའི་རྩས་ཏེ་གླིང་གི་ཉ་པ་ཞིག་གིས་རྩས་སྟེ་
 ཞིག་བཟུང་སྟེ། རྩས་སྟེ་ལྷམས་གྱིས་རྒྱན་དུ་ཁོའི་ཉ་བྱ་བརྟེན་ཏེ་འགོ་བས་ཤིན་ཏུ་
 ཁྲོས་ཏེ་རྩས་སྟེ་ལ་དེ་ཤིང་སྟོང་ཞིག་གི་ཡལ་ག་ལ་དབྱངས་ཏེ་ཉི་འོད་དང་མུ་གེས་
 དན་གསོད་བྱས། ཟླ་འགའི་རྗེས་སུ་རྒྱུང་མ་སྟུམ་པ་ལས་བྱ་བཅས། ལུའི་རྒྱང་ལག་
 བཞི་ཆར་རྩས་སྟེ་ལ་གྱི་རྒྱང་ལག་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་འདུག་མགོ་ན་མའི་ཁ་མིག་ན་བ་
 རྣམས་ཡོད་ཀྱང་མགོའི་དབྱིབས་རྩས་སྟེ་ལ་ཁོ་ན་ལྟར་དུ་བྱུང་ངོ་། ཞེས་ཟེར།
 གསར་ཤོག་གི་སྟེང་དུ་དེའི་འབྲེལ་པར་ཡང་བཞོད་པས་ཐམས་ཅད་ཏེ་ལས་པ་ཞིག་
 བྱུང་སྟེང་ངོ་།

ཡང་༡༧༧༩ལོའི་དབྱར་ཁུལ་སུ་མི་ཁྲོན་ན་བྱ་གསོ་ཆེད་ལས་ཁྲིམ་ཆོང་ཞིག་གི་རྒྱན་
 དུ་བྱ་མང་པོ་གསོས་ཏེ། གཞན་ལ་གསོད་པའི་ཕྱིར་འཆོང་བར་བྱེད་དོ། ཁྲིམ་དེའི་
 རྒྱང་མ་ལ་བུ་མོ་ཞིག་བཅས་ཏེ། ལག་པ་བྱ་ཡི་ལག་པ་ཁོ་ན་ལྟར་བགས་པས་སྟེ་ལ་
 ཞིང་བྱང་ལ་འབྱར་བ། རྒྱ་མ་སོགས་ལས་གྱི་ཕྱི་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་ཡང་བ་
 ཞིག་བྱུང་བ་མི་ཁྲོན་བརྟན་ཕྱིན་གྱིས་ཀྱན་ལ་མངོན་སུམ་དུ་བརྟན་པ་ལྟ་བུའོ། ཇེ་
 རྣམས་ནི་དེས་པར་མི་དགེ་བ་དེ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་རྩས་སྟེ་ལ་
 བསད་པས་རྩས་སྟེ་ལ་ལྟ་བུ་དང་། ཁྲན་ཕྱན་ཅ་བསད་པས་དེ་དང་འབྲེལ་བ། བྱ་གསོད་
 དུ་བཅོང་པས་བྱ་ལྟ་བུ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་
 ལས་གྱི་རྣམ་སྟྱན་གཞན་ལ་མི་སྟྱན་ཞེས་མ་གསུངས་སམ་ཞེན། བདེན་མོད། འདི་
 བོ་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་རང་རང་ལ་འང་ལུས་དེ་ལྟ་བུ་ལེན་པའི་ལས་སྤར་བསགས་

ཡིད་པ་དེ་ཉིད། བ་མ་དག་གིས་ཐེག་པ་སྟོབས་ལྡན་བྱས་པ་དེས་སང་པར་བྱས་པ་
ཡིན་ཏེ། ཚུལ་དེ་ནི་ཆོས་མངོན་པའི་གཞུང་ལས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་
ན་ཆོ་འདིའི་ལུས་ནི་བ་མའི་ཁུ་ཁྱག་སོགས་ད་ལྟ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱེད་རྣམས་དང་།
ཆོ་ལྟ་མའི་སྒྲིམ་ཆེད་དག་དང་། ལྟར་བྱས་པའི་དགོ་མི་དགོའི་ལས་ཏེ་གསུམ་ཆར་
ཆོགས་པས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་གྱི། བྱི་རོལ་བ་འགའ་ཞིག་འདོད་པ་ལྟར་ཐམས་ཅད་
ལས་ཁོ་ནས་བྱས་པའང་མ་ཡིན་ལ། འདིག་རྟེན་རྒྱང་འཕེན་པ་སོགས་ཀྱི་འདོད་པ་
ལྟར་ད་ལྟའི་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བའང་མ་ཡིན་པར་གཤམ་དགོས་ཏེ། ལྟ་སྟོམ་
སྟོད་པ་གང་གི་སྒྲུབས་སུའང་མཐའ་གཉིས་སུ་མ་ལྟངས་པ་འདི་ནི་བླ་ཁྱེད་མེད་གོ་
འབང་ཞིག་གི་རང་ལུགས་ཏེ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའོ། །

གཟུམ་པ་ལུས་སེམས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་ལུས་དང་སེམས་
གཉིས་ལ་འབྲེལ་བ་གང་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་གཉིས་ལ་ངོ་བོ་བདག་གཅིག་དང་། ངོ་བོའི་
ཆ་ལ་ལུས་ལས་རྒྱུ་ཤེས་སྒྲུལ་པའི་དེ་ལྟར་གི་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་དེ། ལུས་
སེམས་ངོ་བོ་བདག་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། ལུས་ལས་སེམས་ལྷན་པ་མི་འཐད་པའི་
ཚུལ་གོང་དུ་སྒྲུལ་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གནས་སྐབས་སུ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་
འབྲེལ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་འབྲེལ་བ་དེའི་ཆེ་ན། ལུས་
ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་ཕན་གཤོད་བྱེད་ལ། སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུས་ལ་
ཕན་གཤོད་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་གསལ་རིག་ཙམ་ཆེ་སྒྲ་མ་ནས་ལྷན་པ་
ཡིན་ཚུལ་སྤར་བཤད་ལྟར་ཡིན་ཡང་དེའི་བྱད་པར་འགའ་རེ་ནི་ལུས་སོགས་ཀྱིས་
གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡང་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་ཏེ། བ་མ་སོགས་སྤྱིར་ཐོབ་དང་།
ཞེ་སྤང་ཅན་དང་། གཡོ་སྒྲུ་ཅན་སོགས་ལ་ལྷག་ལྷན་ཀྱང་རིགས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་



གིས་དེ་དག་དང་རིགས་མཐུན་འབྲུང་བ་ཡོད་པ་དེའང་ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལས་བྱུང་
 གི་ལ་མའི་སེམས་དང་བྱིའི་སེམས་ལ་ནི་འབྲེལ་བ་མེད་པས་དེའི་དབང་གི་བྱུང་བ་
 ག་ལ་ཡིན། རྩོན་གྱི་རྩུས་སུ་འདྲུག་དག་ལ་རྩུས་ཀྱིས་སློན་པའི་ཆོག་ཕྱེད་པ་དང་།
 དེང་རྩུས་སུ་འདྲུག་གིས་སློན་པའི་ཆོག་ལུས་ལ་བྱས་ན་གཤམ་རབ་སེམས་ལ་
 འབྲུང་བའི་ཕྱིར་དང་ཆང་དང་སྒྲན་སོགས་ཁོག་པའི་ནང་དུ་བརྟུང་ཡང་སེམས་སྒྲོས་
 པར་འབྱུར་བ་དང་། མིག་དབང་སྒྱུར་ཅན་དུ་སོང་བས་མིག་གཤམ་མི་སྒྲེ་བའམ་མི་
 གས་ལ་བ། གྲུང་ཆེན་ལ་སྒྱུར་བྱུང་བས་རྣམ་གཤམ་དག་ལ་འདྲུར་བ་བྱུང་བ་ལྟ་
 དང་། གཞན་ཡང་སྒྲིང་སོགས་ལན་ཚུན་བརྩིས་པས་ཀྱང་སེམས་ལ་ཁྱད་པར་འབྱུང་
 བྱིད་དེ། གོང་སྒྲོས་བཞིན་པ་མའི་རིགས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་གིས་སེམས་ལ་ཁྱད་པར་
 འབྱུང་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། རྣམ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། འགའ་ཞིག་ཆོན་སེམས་
 རྒྱན་ལ། །ཕན་འདོད་ཕྱེད་པའང་ཡིན་སྒྲ་སྟེ། །ལུམ་སོགས་ལ་ནི་མེ་སོགས་...
 བཞིན། །དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ལྷོག་པ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་། དེ་
 ཙམ་གྱིས་ལུས་ཉིད་སེམས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་མི་འགྲུབ་པོ། །འདི་
 རྣམས་གལ་ཆེ་བས་ཞིབ་དུ་གཤམ་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུས་ལ་ཕན་
 གཞོད་ཆེར་ཕྱེད་དེ། རྩོན་སྒྲ་མ་ཞིག་ཁྱི་ཐོག་དུ་བཞུགས་ནས་ཁྱོམ་མང་པོ་ཞིག་ལ་
 ཆོས་གསུངས་པའི་ཆོན། ཁྱོམ་དེར་ཁྱི་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། དེ་ལ་གཞན་གྱིས་དོ་བརྒྱབ་
 རྟེན་ཅ་ཅུག་བྱུང་བ་ན། སྒྲ་མས་ཨ་ན་ན་ཞེས་གསུངས་ནས་ཁྱི་ལས་ལྷུང་། གཞན་
 དག་གིས་སྒྲ་མ་རྩལ་འཆོས་ཆེ་བ་ལ་ཨང་སྒྲ་ཏུ་བསམས། སྒྲ་མས་ན་བཟའ་ལྷན་
 དེ་བརྟན་པས་ཁྱི་ལ་དོ་ཐོག་པའི་ཐད་དུ་སྒྲུང་འབྱར་བྱུང་ཞིང་རྩོན་པོར་རྒྱར་ཏེ་ཡོད་
 དོ། །

དེ་བཞིན་ ༡༩༩༠ ལོར་རྒྱ་གར་དུ་སྟོག་ཆད་གཙོད་རྒྱུའི་ཉེས་ཅན་ཞིག་ལ་སེམས་

ཁམས་སྒྲུབ་པ་ཞིག་གིས་པདྨ་དབྱུང་བྱས་པ་ནི། སྒྲུབ་པས་སྒྲོན་ཏུ་ཉེས་ཅན་དེར་
མིའི་ལུས་ལས་ཁྲག་མང་ཏུ་བཞུར་ན་ངེས་པར་འཆི་པའི་ཚུལ་ཞིབ་པར་བཤད།
སྒྲོག་ཆད་གཅོད་ཉིན་དེར་ཉེས་ཅན་དེའི་མིག་གཉིས་པག་བརྩེ། སྒྲུབ་སྒྲུགས་ཤིག་
གི་སྒྲེང་ཏུ་བཅིངས་ནས་བཞག་ སྒྲུབ་པས་དེའི་པགས་པ་མཚོན་གྱིས་བརྟོལ་བ་དང་
མཉམ་ཏུ་ཚུ་སྒྲོད་ཅིག་ལས་ཚུའི་མིགས་པ་དག་སྒྲུ་དང་པཅས་ཏེ་བཞུར་ཏུ་བཅུག་
ཉེས་ཅན་གྱིས་རང་གི་ཁྲག་ཐམས་ཅད་བཞུར་རོ་སྒྲུམ་ཏུ་འབྱུལ་བས་གི་པར་གྱུར་
ཏོ། །སྒྲུས་ལེན་གྱི་རྩོམ་པ་པོ་སྒྲུད་གྲགས་ཅན་གོ་ཨེར་རུས་གྱིས་སྒྲུབ་ཞིག་འབྲི་བ་ན།
སྒྲུབ་དེའི་བརྗོད་བྱ་སྒྲུས་པ་ཞིག་གིས་ཅོག་ཅའི་སྒྲེང་གི་གི་རྒྱུད་དེ་སྒྲུངས་ནས་སྒྲུས་པ་
བཞིན་ཏུ་རང་གི་རྒྱུད་མའི་མཚོན་པའི་ནང་ཏུ་བསྒྲུབ་ཏེ་ཕྱིར་སྒྲུང་བ་ན། མ་ཁ་ལས་
ཁྲག་དྲོན་འབབ་རྒྱུ་ལོ་པ་བཞིན་ཏུ་སྒྲུབ་པ་ཞིག་ཡིད་ལ་ཤར་བ་ན། དེའི་སྒྲེན་གྱིས་
ཁོངས་ལ་འགྲེལ། གོ་ཨེར་རུས་གྱི་རྒྱུད་མས་སྒྲུ་ཐོས་ཏེ་སྒྲུར་ཏུ་ཁོངས་ནས་བལྟས་
བས་རུ་མ་གཤམས་པའི་འོག་ན་གྱིས་བཅུགས་ལུལ་ལྟ་ལུའི་དམར་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་ནས་
ཉིན་འགའི་རིང་ལ་མ་ཐོས་སོ། །ཡང་སྒྲོན་རྒྱ་གར་ན་གན་མོ་ཞིག་གི་མིག་ལ་རབ་
རིབ་སྒྲུང་ནས་འབྲས་ཆན་གྱི་ནང་ཏུ་སྒྲུ་ལུད་གྱི་གཟུགས་ལྟ་སྒྲུ་མཐོང་བས་མནའ་
མས་བདག་ལ་ཟས་མིག་ཅང་བ་ཕྱིན་པས་བདག་གིས་ནི་སྒྲུ་ལུད་བཟུང་ཞིང་ཡོད་དོ་
སྒྲུམ་ཏུ་བསམས། དེའི་སྒྲེན་གྱིས་སྒྲུབ་ནད་ཏུ་གྱུར། བྱིས་རང་གི་མིག་འབྱུལ་བ་
ལས་སྒྲུ་ལུད་གཏན་ནས་མ་ཐོས་པ་གིས་པས་སྒྲུབ་ནད་དེ་མ་ཐག་དག་པར་གྱུར་
ཏོ། །འདི་ལྟ་སྒྲུ་ཅི་དེངས་ང་ཡང་དངོས་སྒྲུ་སྒྲུབ་པ་ཡོད་དོ། །

གཞན་ཡང་དེ་དུས་ཐུན་མར་པོ་སྒྲན་གྱིས་རི་ལྷོར་བཙོན་གུང་མ་ཐན་བར་མིད་
ལ་ཕྱིད་པའི་སྟོབས་གྱིས་མར་དུ་གཤུང་བ་དང་། གམར་དུ་གསལ་བྱི་གཞུང་ལས་སྟོམ་



པའི་སྟོབས་ཁོན་ས་ལུས་ཡོངས་ཐོག་ས་འདྲའོད་དུ་དེངས་པར་གསུངས་པ་བཞིན་
 ད་ལྟ་དངོས་སུ་འབྱུང་གིན་འདུག་པ་སོགས་འདི་རིགས་གིན་རྒྱམ་མེད་ཞིབ་པར་མ་
 གིས་སོ། །དེ་ལྟར་ལུས་དང་སེམས་གཉིས་ཇི་མིན་དུ་མཉམ་དུ་གནས་པ་དེ་མིན་དུ་
 ཡན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཡན་ཡང་འདོགས་ལ་གནོད་ཀྱང་བྱེད། ཟུང་པར་དུ་
 གོམས་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཀྱིས་ལུས་ལ་བདག་དུ་བརྒྱུང་པས་ལུས་ཀྱི་གང་མྱོང་
 ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱིས་མྱོང་བར་སྒྲུང་པས་སེམས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཆགས་སྒྲུང་
 གི་ལས་སྒྲ་ཚོགས་བྱེད། ལུས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་ཁོལ་པོ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ། སེམས་ཀྱི་
 འདོད་པ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་ཆ་གྲངས་ཐམས་ཅད་ཟུང་དུ་བསད་དེ་མེར་འཇུག་ཆུར་
 མཆོང་བ་སོགས་བྱ་བ་སྒྲ་ཚོགས་གིག་སྒྲུབ། དེ་ལྟར་གཉིས་ཀ་གཅིག་ལ་གཅིག་
 བརྟེན་ནས་འབྲེལ་ཐག་མ་ཆད་པར་དུ་གནས། བཅ་ཞིག་ཆེད་དང་ལུས་ཀྱི་འབྲེལ་.....
 ཐག་ཆད་ཅིང་ཚོགས་པ་གཉིས་པའི་ཆེན་སོ་སོར་འགྲོ་སྟེ། དུ་ལྷག་སྒོར་བྱུབས་ལས་
 ཐོན་པ་དང་འདྲ། དེ་ཡན་ཆད་འབྲེལ་བ་གང་ཡང་མེད་དེ། ལུས་ནི་འབྱུང་བ་ལྡེལ་
 ཐིམ་ནས་མེད་པར་འགྱུར། སེམས་ནི་ད་དུང་མཐའ་མེད་པའི་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་
 ཆེན་པོ་འདིར་འབྱུམས་ཏེ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་ལ་གནས་
 སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་པར་ཟད་ཀྱི། གཞན་དུ་སེམས་ལུས་ཀྱི་ཆ་
 གས་གིག་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། སེམས་ལུས་ལས་སྟོན་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་
 ཞེས་སྒྲ་བ་དག་སྒྲུབ་བྱེད་ནམ་དག་གཏན་ནས་མེད་པའི་སྟན་སྒྲུལ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་.....
 པ་འདི་རིགས་པ་རྣམ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གཏིང་ཚུགས་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་གིས་.....
 དགོས་སོ། །རྟེན་ལ་ཡན་གནོད་བྱས་པས་བརྟེན་པ་ལ་ཡན་གནོད་དུ་འགྱུར་བར་
 མཐོང་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་དེ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའམ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པར་གྲུབ་ན། ལུ་
 དང་སྟོན། གིང་དང་བྱ་སོགས་ལ་འང་ཏུ་ཅང་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་གིན་རྒྱམ་མེས་པའི་

རྒྱུ་མཚན་ལྟར་སྤར་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་སྤྱི་མེད་ཅེས་འཛམ་གླིང་གི་ཁྱོན་དུ་
སྒྲོག་པར་མ་ཟད་དེ་ཉིད་ཚན་རིག་གི་གྲུབ་དོན་ཡིན་ཞེས་སྤྱད་པ་སོགས་གྱིས་མི་
རིགས་ལ་ཅིས་གྲང་མགོ་སྒྲོར་མི་གཏོང་བར་ཁྱོེ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི་དེ་ལྟར་གཞན་ལུགས་པ་གྲག་པ་དང་རང་ལུགས་བཞག་པ་
གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོ་སྤྱི་ལྷ་མ་གཞག་མདོར་བསྟུས་སུ་བཀོད་པ་འདིར་རང་རེའི་
གཞུང་ལས་སྒྲོན་ནས་གསུངས་ཟིན་པ་དག་གཞིར་བྱས། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་
དུ་ཨ་མེ་རི་ཀ་སོགས་རིགས་གསར་དར་བའི་རྒྱུ་མོན་པའི་ལུལ་གྱུ་དག་ནས་
མདོན་སུམ་དུ་བྱུང་ཞིང་། རིགས་གསར་པའི་ཆེད་ལས་མཁས་པ་དག་གིས་ཡང་
ཡང་བརྟགས་ཏེ་བདེན་དོན་འབྲུལ་མེད་དུ་ངོ་འཕྲོད་པའི་དན་དབང་དག་གིས་ཟུར་
བརྒྱན་ཏེ། འིན་རྒྱ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སྒྲོས་མཛུབ་མོས་རི་སྒྲོན་གྱི་དཔེ་ལྟར་
རགས་བསྟུས་ཤིག་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ལར་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་དང་རིགས་གསར་གཉིས་གྱི་བར་ན་བརྗོད་པར་བྱ་བ་རྩུང་
ཟད་སྤང་བས། སྤང་ནས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལན་བདེ་མ་ལུས་པའི་འབྱུང་གནས་
གཅིག་ཤུར་གྱུར་པ་ལ་སྤྱི་ཞུ་བ་བྱིད་པར་འདོད་པའི་སྒྲོ་གསལ་དག་གིས་རང་རེའི་
གྲུབ་མཐའ་སྤྱད་པ་བཞིའི་ལྷ་གྲུབ་རྣམས་དང་རིགས་གསར་གྱིས་མཐོང་བ་དག་ཞིབ་
བསྟར་གྱིས་རིགས་གསར་དང་ལྷ་རྒྱལ་གཅིག་པ་དང་དེ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་
པ་དང་། ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་གནད་རྣམས་གསལ་བར་སྤྱད་ཤིས་
པ་འདི་གལ་ཆེ་བར་སེམས་སོ། །ཅི་སྟེ་རིགས་གསར་འདི་རྒྱུར་མཐོང་རྟོག་གའི་
རིགས་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གལ་ཆེན་བྱ་ཅི་དགོས་ཞེན། བདེན་ཏེ། དོན་དེ་
ཉིད་གྱི་ཕྱིར་ན་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་རིགས་གསར་འདིས་ནང་པའི་ལྷ་གྲུབ་ཟབ་མོ་དག་ལ་



གནོད་དོགས་རྒྱལ་ཁྲོམ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད་རིགས་གསར་གྱིས་འབྲུལ་གྱི་
 སྤྱད་དེ་ཤེས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ནམས་མཐོང་ཞིང་མཐོང་ཞིང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ལ་
 དེས་པ་ལྷག་པར་བྱོང་གིན་འདུག་གོ། །དེ་ལྟ་ནའང་རིགས་པའི་ལམ་ནས་རྒྱལ་དེ་
 གཞན་ལ་བསྟན་ན། དེར་སང་རིགས་གསར་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་ཅིང་གྲགས་པའི་
 རྗེས་འབྲངས་པ་གིན་ཏུ་མང་བས་དེ་ནམས་ལ་ཕན་ཐོག་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོ་རོབ་
 དང་ཨ་རི་སོགས་ཀྱི་དེར་སང་གི་རིགས་གསར་སྤྱོད་པའི་མཁས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནི་སྤྱོད་
 ཞོག་ཀྱི་ཆེ་བ་དག་ཡིན་པས་གང་ལའང་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་ཅིང་། བདེན་པར་འདུག་
 ཕྱིན་ཅི་ཡང་ཁོང་དུ་གོང་ལ། ཟུང་པར་དུ་ད་ལྟ་ཕྱི་དངོས་པོའི་འབྱོར་བས་ཅུང་ཟད་
 ལུན་ནས་སྤྱོད་པར་དུ་བྱོགས་པའི་མགོ་ཚུམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་གསུང་རབ་སྤྱི་
 དང་ཟུང་པར་བོད་ཀྱི་གསར་སྐྱགས་ལ་གིན་ཏུ་གཙོགས་ཆེན་བྱེད་དོ། །
 དེ་ཡང་ཨ་རིའི་དུ་རྒྱུར་སྤྱོད་བྱ་ཆེན་མོ་དང་ཁོ་ལོམ་པེ་ཡ། Columbia སྤྱོད་བྱ་
 ཆེན་མོ་སོགས་འཛམ་གླིང་ན་སྐད་གྲགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་དགོ་ཆུན་ཆེན་མོ་རབ་འབྲུམས་
 འབྲུམས་པ་དག་གིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཏེ། བྱོགས་སུ་མ་ལྟར་བའི་སྤྱོད་དབྱེད་
 གཏམ་ཡིག་ཤིང་སྤྱོད་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། དུ་རྒྱུར་སྤྱོད་བྱ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཆུན་རབ་འབྲུམས་
 པ་དུ་མེ་ཐུབ་ན་ཅིན། Herbert Benson MD ཞེས་པ་ན་རེ། བོད་ལ་ཆེས་ཐུལ་
 ཏུ་བྱུང་བའི་ནང་གི་ཆུན་རིག་གི་རིགས་པ་ཞིག་འདུག་ ཅས་དང་། བོད་ཀྱི་མིའི་ད་ལྟ་
 འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་ཆེས་ཟུང་དུ་འཕགས་པའི་ལེགས་སྒྲིམ་ནི། ཁོང་ཆོའི་འགྲན་དུ་
 མེད་པའི་ནང་གི་ཆུན་རིག་གི་རིགས་པ་དེ་དང་དེའི་སྤྱོད་པས་ལས་བསྐྱབས་པའི་མིའི་
 རིགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལེགས་པར་སྦྱར་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་དེ་རེད། ཅས་ཟེར་
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཨ་རིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་སྤྱོད་པར་འབྲུམས་པ་ཏན་ནས་
 ཡེར་གོན་མན་Daniel Goleman Ph.D ཀྱིས་གྱུང་། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་གྱི་

ཁྱོད་ན། མཛེས་ཤིང་ཉམས་དགའ་བའི་ནང་གི་ཚན་རིག་ཆ་ཚང་བ་ཞིག་འདུག
 ཅེས་ཟེར། ཀོན་མན་སོགས་ཀྱིས། བོད་ཀྱི་ནང་དོན་ཚན་རིག་གིས་སེམས་ཀྱིས་
 ལུས་ལ་ཡན་གནོད་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ལེགས་པར་གཤེས་འདུག་པ་དེ་ནི། ལུ་བ་
 ཕྱོགས་པ་དག་གིས་འགྲན་པའི་དོ་རྒྱ་དང་བྲལ་བ་ཞིག་རེད། ཅེས་ཟེར་རོ།
 དེ་ལྟར་དེང་སང་གི་རྒྱ་བཙོགས་པའི་མཁས་པ་སྟོན་ཟུ་བོར་གནས་པ་རང་འདི་རིག་
 གཞུང་ལ་ཆ་རྒྱས་རུང་ཟད་ཡོད་པ་དག་གིས་ནི་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་འདི་རྒྱུ་རུ་ལ་
 དང་སྤོངས་དང་ཡིན་ཞེས་ཅིས་མེད་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་རིགས་པ་འདིའི་ཆ་ནས་རང་
 ཅག་འཛམ་གླིང་ཤིང་ཤིང་པའི་མི་རིགས་ཡོད་དོ་ཅོག་ལས་མཆོག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་
 བོ། །ཕྱོགས་གཅིག་ནས་རང་གི་རིགས་གཞུང་གི་ཡོན་ཏན་རང་ཅག་གིས་གཤེས་པས་
 གཞན་གྱིས་བསྟོད་སྤྱད་གཉིས་ཆར་ལའང་དགའ་སྟུག་བྱེད་དགོས་དོན་མི་འདུག་
 མོད། ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་ད་ལྟ་རིགས་གསར་དར་བའི་ཅེར་སོན་པ་ན་རིགས་
 གསར་པ་དག་གིས་རང་ཅག་འཛམ་གླིང་གི་མི་རྒྱལ་ལས་སྟོན་ཐོན་དུ་བབས་པས་
 བ་འདི་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཡིན། འཕྱོར་བས་མ་ཡིན། རིག་གཞུང་འདི་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་
 ན་རང་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་ལ་དམན་པར་བལྟ་བའི་གྲང་མེད་ཅོལ་རུང་གི་རང་
 རྒྱལ་མི་བྱེད་པར་ལྟག་བསམ་དག་པས་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་བའི་བྱ་བ་ཁུར་དུ་ལེན་པ་
 བྱི་ཅི་བས་ཀྱང་གལ་ཆེ་བའི་དུས་སོ། །གོང་དུ་སྒྲུབ་པ་དེ་ནས་མ་ནི་རྒྱ་བཙོགས་ཀྱི་
 ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་རིགས་གསར་པ་དག་གིས་རང་ཅག་གི་རིག་གཞུང་རིགས་གསར་
 ཀྱི་སྤང་ལ་བཅལ་བའི་གྲུབ་དོན་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་གྱི། རང་རེས་ཨ་ལའི་ཁ་ཐོར་གཙང་
 ཞེན་བྱས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཤེས་དགོས་སོ། །ཡང་རྒྱ་བཙོགས་
 པ་འགའི་དབྱེད་རྩིས་ཀྱི་མཁུག་ཏུ་འདི་ལྟར་བྱིས་འདུག་སྟེ། ལུ་བ་ཕྱོགས་དང་བོད་ཀྱི་



གཤམ་པ་གི་ཚན་རིག་གཉིས་པན་ཚུན་གྲེང་མོལ་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན། ཉ་ཅང་གལ་
 ཆེ་པའི་གནད་གཅིག་ནི། ང་ཚོས་བོད་མིའི་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་དབྱིབས་གཞལ་བ་དང་དུས་
 མཚུངས་སུ་རེས་པར་དུ་རྩེད་བཙོན་ཆེན་བོས་བོད་ཀྱི་སྤྱེལ་མས་རིག་པའི་སློག་གྲྲང་
 ཀྱི་མཉེན་ཆ་ལྟ་བུ་དེའི་ཐོན་ཁུངས་གང་ཡིན་ཅུད་གཅོད་དགོས། དགོས་པ་དེ་འགྲུབ་
 བྱིང་། ང་ཚོས་རེས་པར་བོད་རིག་པ་ལ་ཞིབ་འཇུག་བགྱིད་པའི་ལས་ཁུངས་ལ་
 བྱགས་སྟོན་བྱ་དགོས་ལ། བོད་མི་རང་ཉིད་ལ་ནལ་འབྱོར་གྱི་ཐབས་འདི་དག་ལ་
 ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པའི་སྒྲུལ་མ་བྱེད་དགོས། གལ་ཏེ་ང་ཚོས་དེ་ལྟར་བྱེད་ཐུབ་ན།
 གྲུབ་འབྲས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་འབྱུང་བར་ངེད་ལ་ཡིད་ཆེས་གཏོང་ཚུགས་པ་
 ཡོད་དོ། །ཞེས་སོ། །

གཞན་ཡང་རྩལ་ཕྱོགས་པའི་མཁས་པ་དག་གིས་ཁོང་ཅག་གི་སློབ་གྲྲ་ཆེན་མོའི་
 མཁས་པ་དག་དང་བོད་ཀྱི་དགོན་པའི་བཤད་གྲུའི་མཁས་གྲུབ་ནམས་དུས་ལྟན་རིང་
 ཅམ་ལ་གྲེང་མོལ་བྱ་རྒྱ་བྱུང་ན་ཁོང་ཚོའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ལ་
 ཤེས་རྒྱ་རེ་ཆེར་རེས་པར་འགྲོ་བ་སྟགས་པན་འབྲས་མང་པོ་ཡོད་ཅེས་བཤད་འདུག་
 གོ། །དེ་ལྟར་རང་རེ་ནང་པའི་རིག་གཞུང་འདི་ནི་གནད་གང་ཟབ་ཀྱི་ཐོག་དུ་སྤྱོད་ས་
 པ་ན་རིགས་གསར་ལས་དཔག་ཆད་བརྒྱ་ཕྱིད་གིས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་
 གནད་འདི་ཅིས་ཀྱང་ཤེས་དགོས་སོ། །དེ་དག་ནི་སྤྲེལ་བའ་འབྲས་གཏམ་དུ་
 བཀྱིས་བཤོ། །

ད་ནི་གོང་གི་དོན་བསྐྱས་ཏེ་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱིར་ཆེ་སྒྲ་ཕྱིའི་ནམ་གཞག་
 ཅམ་ཞིག་ནི་སྟོན་དུས་སུ་བྱུང་བའི་ཕ་སྟགས་པ་ནམས་དང་། ད་ལྟ་ཡོད་པའི་ཆོས་
 ལུགས་གྲུབ་མཐའ་པལ་ཆེ་ལའང་ཡོད། ཡེ་སྤྱུ་ཆོས་རྟིང་པའི་ལུགས་ལའང་སྤར་ནི་
 ཡོད་མོད། ཕྱིས་སུ་རོ་མ་བཙན་རྒྱལ་གྱི་མངའ་བདག་དག་གིས་སྟེ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་

པར་སྐྱུས་ན་བཅན་བྱུལ་གྱི་ཆ་བ་སྤྱིད་ལ་གནོད་གྱིས་དོགས་ནས་མི་ནས་མིར་སྐྱེ་བ་
 མོགས་མེད་གྱི། མི་གི་བའི་འོག་ཏུ་ཡང་ན་དཔུལ་པར་སྐྱེ། ཡང་ན་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་
 གང་དུང་ཞིག་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་ཞེས་འབངས་རྣམས་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་མགོ་
 སྒྲོར་བར་བྱེད་མོད། ཁོང་ཅག་གི་གཞུང་དག་གི་རྩ་བ་འཕགས་ཆོས་ཞེས་པ་དེ་དང་
 འགལ་བར་སྤང་ངོ། །ཕྱིས་བྱུང་གྲོལ་རྒྱུན་རྗེས་ལུས་གྱི་རིགས་གསར་པ་དག་གིས་
 གྲུང་ཆེན་མེད་ན་མིག་གིས་མི་མཐོང་། རྣ་བས་མི་བོས། ཡིད་གྱིས་རྟོག་དབྱེད་བྱེད་
 བ་ལྟ་ཅི་གསར་རིག་ཅམ་ཡང་ཡོད་མི་སྤྱིད་ཟེར་བ་ལ། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་འི་པོ་
 བས་མི་བྱེ་བ་འབྲུམ་ཐེར་མང་པོ་ཡར་ལངས་ཏེ། ཁོ་པོ་ཅག་གིས་གྲུང་ཆེན་གཏན་
 བས་མེད་པའི་སྐྱབས་སུ་འདམིག་གིས་མཐོང་། རྣ་བས་བོས། ཡིད་གྱིས་གྲུང་བསམ་
 པར་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཅི་མཛོན་སྐྱུམ་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་དམ་ཟེར། ཆོས་ལུགས་པ་དག་
 གིས་གྲུང་ཁོ་པོ་ཅག་གིས་ལོ་སྟོང་གྲག་དུ་མའི་རིང་ལ་རིགས་པས་བཤད་བཤད་པ་
 དེ་ནི་མཛོན་སྐྱུམ་དུ་བྱུང་བ་འདི་ག་ཡིན་གྱིས་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱི་རིགས་པ་
 ལ་སྐུར་བ་མ་འདེབས་ཤིག་ཅེས་ཟེར་ངོ། །རིགས་གསར་པ་དག་གི་ཁྲོད་ནས་གྲུང་
 གྲོ་ཞོག་ཡངས་ཤིང་གསེར་རབ་ཤིན་ཏུ་ནོ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས། ཁོ་པོ་ཅག་གིས་གྲོ་
 གོས་གྱི་སྒྲོ་མོ་རྟག་ཏུ་བྱེས་ཏེ་གཞག་དགོས་གྱི། གཞན་དུ་རིགས་པ་ནམ་ཡང་དར་
 རྒྱས་སུ་མི་འགོ། རང་རེ་ལུ་བུགས་པ་དག་ནམ་གསེས་གྱི་བྱོགས་ལ་གསེས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་
 ཞན། སེམས་གྲུང་ཆེན་གྱི་ཆ་གསེད་མི་འདུག དེས་ན་ཆོས་ཀྱི་མེད་པར་སྐྱུས་པ་
 ལ་འདར་རྒྱ་མཚན་མི་སྤང་ཞེས་ཟེར་ངོ། །

དེ་ལྟར་བྱོགས་གསུམ་ནས་མི་པལ་མོ་ཆེ་ཁ་འཆམས་པར་གྱུར་པ་ན་འགའ་ཞིག་ནི་
 ད་དུང་སྟོན་གྱི་ཞེན་ལྟ་ཉིད་པ་དེས་བཅིངས་པ་ལས་མ་གྲོལ་ཏེ། སྒྲོ་སྐུར་གྱི་འགྲེལ་



བཤད་སྒྲུ་ཚོགས་ཨེ་བྱེད་ལྟ་ཡང་དེང་རབས་ཀྱི་རིགས་གསར་ལ་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་འགོག་
 བྱེད་ནི་གཏན་ནས་མེད་ཚུལ་གོང་བཤད་བཞིན་ལ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་འབྲུལ་ཆས་
 གང་གི་ལུལ་དུང་མི་འགྱུར་བས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་ནས་འདུག་གོ། །དེས་ན་
 གསར་བ་དང་རྟིང་པ། རིགས་གསར་དང་ཆོས་ལུགས་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་ལ་གི་
 སྒྲར་མི་འབམ་པར་དངོས་པའི་རྟོགས་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་ཆོས་ཉིད་དབང་
 བཅན་དུ་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོ་སྒྲུ་ཡོད་པ་གསར་བར་མཐོང་ཡང་ད་དུང་ཁས་
 མི་ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་སྤེ་མན་གྱི་སྒྲན་རམས་པ་ཁྱིན་ཁྱིན་ཡན་གྱིས་བྲིས་པའི་
 དེབ་ལས། ད་ལྟ་ཆོ་སྒྲུ་ལ་མཐའ་གཅིག་དུ་དགག་པ་བྱེད་མཁན་ཆེས་ཉུང་སྟེ། ཡེ་
 སྤྱི་ཆོས་ལུགས་པ་རྣམས་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་རིག་གཞུང་སྤྱེ་བ་འགའ་རེ་ཅམ་
 རེད། དེ་དག་གི་བསམ་པ་ནི་ཆོ་སྒྲུ་ཡོད་པར་སྒྲས་ན་རང་གི་ཆོས་ལ་དད་པ་ལོག་
 བར་འགྱུར་རོ་སྒྲམ་པ་དང་། མི་རྣམས་རིགས་གསར་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དང་དགག་
 པ་བྱེད་དུ་འོང་རོ་སྒྲམ་དུ་དོགས་ནས་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་
 དགོས་མེད་ཀྱི་དོགས་པ་སྟེ། སྐྱེ་བ་སྒྲུ་ཡོད་པར་བྱུང་བས་རིགས་གསར་ལ་ལྟག་
 བར་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དང་དགག་པ་བྱེད་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། སྒར་བཤད་པ་བཞིན་སྐྱེ་
 བོ་འགའ་རེས་རིགས་གསར་གྱི་མིང་ཐོག་ནས་སྐྱེ་བ་སྒྲུ་ཡོད་པར་སྒྲས་མོད། དེ་
 བོ་གང་ཟག་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་སྒྲོན་ཡིན་གྱི། རིགས་གསར་རང་གིས་ཁ་གསལ་སྟེ་སྐྱེ་
 བ་སྒྲུ་ཡོད་དེས་ཡིན་ཞེས་སུ་ལའང་སྒྲས་པ་མེད། ཆོ་སྒྲུ་ཡོད་པས་སྒྲུ་བ་རུས་ཀྱང་
 རུང་མ་རུས་ཀྱང་རུང་རིགས་གསར་རང་གི་སྒྲོད་ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོག་ཆས་འབྲུལ་
 ཆས་སོགས་སྒྲུ་ཚོགས་ཤིག་ཀྱན་གྱི་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཏེ་འབྲུལ་གྱི་འཚོ་བ་ལ་ཕན་
 པ་ཅི་རིགས་པ་དངོས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ན། དེས་དེ་ཅམ་རུས་པ་ལ་ཡིད་རི་ལྟར་མི་ཆེས།
 འོན་ཀྱང་ཉུང་ཐལ་ཆེས་ཏེ། རིགས་གསར་གྱིས་མི་ཤེས་རྒྱ་དང་མི་རུས་རྒྱ་གཅིག་

ཀྱང་མེད། དེས་མ་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་མེད་པ་ཡིན་སྐྱེམ་དུ་སྐྱོམ་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་མེད་
 པའི་ང་རྒྱལ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཉེས་ཉིན་དང་ཨེ་དཔྱིན་སུ་ཐན་སོགས་རིགས་
 གསར་པའི་མཁས་པ་སྐྱེམ་སྐྱེམ་དག་གིས་མ་རྟོགས་པ་དང་ཡོག་པར་རྟོག་པ་དག་
 ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསལ་ཏེ་རིམ་བཞིན་རྗེ་ལེགས་སུ་བཏང་སྟེ་ད་ལྟོ་བར་དུ་
 བྱང་བ་ཡིན་གྱི། དང་པོ་ཉིད་ནས་བསྐྱར་བཅོས་གང་ཡང་མི་དགོས་པའི་ཐུན་སུམ་
 ཚོགས་པ་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཨེ་ཡིན་རང་ཅག་ཀྱན་གྱིས་ཤེས་གསལ་
 ལྟར་ལ། ད་དུང་དེས་མ་ཤེས་པའི་ཤེས་བྱ་བགྲང་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་ཡོད་པའང་
 རང་གཞན་ཀྱན་ལ་མཐུན་སྒྲུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དེང་རབས་རིགས་
 གསར་འདི་ལས་ཆེར་བཟོ་རིག་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་སྟེ། འདིའི་དབང་གིས་མིའི་
 རིགས་ལ་འཕུལ་ཡུན་གྱི་གནོད་པ་ཆེ་བྱ་སྟེ་ཚོགས་ཤིག་འབྱུང་བནི་རང་གཞན་ཀྱན་
 ཀྱིས་མི་འདོད་པ་དེར་ཟད། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཁོ་པོ་ཅག་ལའང་སྟོན་རིགས་གསར་
 ཐོག་མར་དར་སྐབས་ཀྱི་རྩལ་ཕྱོགས་པའི་ཚོས་ལུགས་ཁག་འགའ་རེ་བཞིན་རིགས་
 གསར་ལ་དག་བཞིན་དུ་བལྟས་ཏེ་དགག་པ་བྱ་དགོས་དོན་ཅི་ཡང་མེད་དེ། འདིས་
 རེད་ཅག་གི་རིགས་པ་ལ་མི་གནོད་པར་མ་ཟད་ཁོ་པོ་ཅག་དང་ལྟ་བ་གཅིག་པའང་
 ཤིན་ཏུ་མང་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མོད་གྱི། ཤེས་བྱ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་
 འཕྲད་པ་ན་ངལ་དུ་བ་ཀྱིས་ཐང་ཆད་པའི་ཉམས་རེ་མངོན་སུམ་དུ་སྟོན་གྱིན་འདུག་
 པ་ནི་བ་ལང་གིས་གྲུང་པོ་ཆེའི་བྱ་བ་མི་འགྲུབ་པ་སོགས་དངོས་པོ་སྤྱིའི་རང་རྒྱལ་
 ཡིན་ལ། ཟུང་པར་དུ་རིགས་པ་གང་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་ལུལ་ཙམ་འཇལ་རུས་པ་
 ཡིན་གྱི། དེ་ལས་བརྒལ་ཏེ་འཇལ་མི་རུས་པའང་ཚོས་ཉིད་ཡིན་པས་སྤྱད་དུ་ཅི་ཞིག་
 ཡོད། དེའི་ཕྱིར་རྟོག་གའི་རིགས་པ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུལ་ལས་འདས་པ། དངོས་པའི་



གནས་ཚུལ་མཐར་ཐུག་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། མིའི་རིགས་ཀྱི་ཙུ་པའི་སྤྱི་ག་
 བསྐལ་སྤྱི་ག་ན་འཆི་སྤྱི་གས་དྲུངས་ནས་འབྱེན་མི་དགོས་ན་དེར་ཟད། དགོས་ཕྱིན་
 ཆད་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རིགས་པ་དག་ཁོ་ན་ལས་དང་རབས་རིགས་གསར་
 གྱིས་ནི་སྤྱི་གས་ཙམ་ཡང་མི་ལུས་པ་འདི་རིགས་པའི་ལམ་ནས་ཡང་དག་པར་གཤམ་
 དགོས། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་རིགས་པས་ཡུན་དུ་བརྟགས་ནས་རྟེན་པའི་བྱུང་དོན་འདི་
 བྱི་རིགས་པ་འདི་གཉིས་ཀྱི་མཐིལ་མཐོང་ནས་སྤྱི་ག་ཡིན་གྱི་སྤྱི་ཉིལ་བྱས་པ་ཙམ་
 བྱི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཞེན་ལྷས་མ་བཅིངས་པར་སློ་ཞོག་ཀྱང་བསྐྱེད་དེ་སྤྱི་ག་སྤྱི་
 སྤྱི་གས་ལ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ན་གུ་ཡངས་སློ་བདེ་རིགས་པ་
 སྤྱི་ག་ཚུལ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་མི་ཐམས་ཅད་ཆེ་སྤྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་གཏིང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་
 བྱུང་ན་དུལ་ཐོན་གྱི་འཕྲུག་པ་ལ་སྤྱི་གས་པ་གིན་ཏུ་ཡང་བའི་འཛིགས་པ་དག་ཀྱང་
 ངང་ངམ་སྤྱི་གས་ཀྱིས་ཞི་ཞིང་དུང་འགྲོ་སྤྱི་གས་ཉམ་རྒྱུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཉེས་
 མེད་དུ་སྤྱི་ག་དང་ཐུལ་པ་སྤྱི་གས་གཏུག་རྒྱུ་ཡིན་པའི་རྣམས་ཀྱང་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་
 རྒྱུན་ཆད་ནས་སའི་གོ་ལ་འདིའི་ངོས་སུ་གནས་པའི་སྤྱི་ག་ཆགས་ཐམས་ཅད་འདི་སྤྱི་
 གཉིས་ཀར་སྤྱི་དང་ཞིག་འཕྲུང་གི་གཞན་དུ་ཡུན་གིན་ཏུ་བྱུང་བའི་དུས་རབས་
 གཅིག་ལོ་འདིའི་ནང་དུ་འདུང་༡༩༡༤་ལོ་ནས་༡༩༡༩་ལོ་བར་དུ་འཛམ་གླིང་གཡུལ་
 ཆེན་དང་པོ་བཤམས་ནས་ཐུར་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱི་ག་འགྲོ་དེ་ཙམ་ཞིག་སྤྱི་ག་བསྐལ་མི་
 བཟད་པ་ལ་སྤྱི་ག་༡༩༡༩་ལོ་ནས་༡༩༤༥་ལོ་བར་དུ་འཛམ་གླིང་གཡུལ་ཆེན་
 གཉིས་པའི་སྤྱི་གས་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཡུལ་བྱུང་ག་ཙུ་ལྟ་ཅིག་གཡུལ་དུ་ཞུགས།
 མཐར་མི་བྱེ་བ་བདུན་སྤྱི་ག་དང་ཐུལ། རྒྱ་རྒྱལ་འཕྲོ་བཟླག་ཏུ་བཏང་བ་ནི་བཟང་
 བའི་ཐབས་དང་ཐུལ། ཡང་ཐུར་སྤྱི་གས་པ་བཞིན་༡༩༤༥་ལྷ་པོ་ཆེས་ཉིན་གྱི་ཞོགས་

བ་དུས་ཚོད་དགུ་དང་སྐར་མ་བཅུ་བཞི་འོག་འཇར་པན་གྱི་ཀྱང་ཏོ་གྲོང་ཁྱེར་ན་མི་
 འབྲས་གསུམ་ལྷག་ཅིག་འཁོད་ལ། ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་ལས་ལ་བརྟན་ཏེ་ད
 ག་འཁོར་སྤྱིད་པའི་རང་དུ་གནས་པ་ལས། ཨ་རིས་རྩལ་ཐུན་འབར་མདེལ་འཕངས་
 ཏེ། སྐར་བཅུ་དུག་པའི་དུས་ན་མི་ཁྲི་ཐུག་དུག་ལྷག་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་སློག་དང་
 ཐུལ་ཅིང་གྲོང་ཁྱེར་ཡོངས་རྫོགས་ཐལ་བ་རྩལ་ཐུན་བཞིན་དུ་བརྒྱགས་ནས་གཤིན་
 རྒྱུ་འོག་གྲོང་མི་ཡུལ་དུ་འཕོས་པ་ལྷ་བྱ་ཞིག་བྱས། ལྷ་མོས་འཁྱེན་སྐར་ཡང་བཟོ་
 ལས་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་གཙོ་གོས་ཁྲུང་ཆེ་ལྷ་ལྷན་འབར་མདེལ་འཕངས་ཏེ་ཐུག་གི་
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེལ། དེ་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་དུ་གཡུལ་འགྲེད་ཉི་ཆོ་བའི་རྒྱན་
 མ་ཆད། དུས་རབས་འདིའི་ནང་དུ་གཡུལ་ནས་ཤི་བའི་མི་ཙམ་ནི་སྟོན་གྱི་དུས་
 རབས་གང་དུ་འང་མ་ཐུང་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་དག་གྱང་མི་རྣམས་ཆོ་སྤྱི་དང་ལས་རྒྱ་
 འབྲས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་དང་། རིགས་གསར་གྱི་ལག་རྩལ་དར་རྒྱས་སུ་ཐུང་བ་
 གཉིས་ནང་འདོམ་པའི་དངོས་འབྲས་སུ་ཐུང་བ་བསྟོན་དུ་མེད་ལ། ད་ལྟའི་སྐར་གྱི་
 འབར་མདེལ་དེ་དག་ལས་སློག་གཙོད་གྱི་རུས་པ་སྟོང་འགྲུར་གྱིས་ལྷག་པ་དག་
 བཟོས་ཏེ་བར་སྤྱང་། ས་ངོས། རྒྱ་མཚོའི་གཉིང་བཙས་ན་འཁོན་མ་རག་པ་བྱས་ཏེ་
 ཡོད། རྩལ་ཐུན་འབར་མདེལ་རེ་རེས་རྒྱལ་ཁབ་རེ་རེ་མེད་དུ་གཏོང་བྱས་པའང་ཡོད་
 དེ། འབར་མདེལ་དེ་བྱེད་པ་པོ་དག་ན་རེ། གལ་ཏེ་རེད་ཅག་ཐམས་ཅད་རྩ་མེད་དུ་
 བཏང་དུ་ཟིན་གྱང་འབར་མདེལ་འདི་འདྲ་བ་གཅིག་ལུས་ཡོད་ཆོ་དག་ལྷའི་རྒྱལ་
 ཁབ་གྱི་འབྲིང་རིམ་ཡན་ཆད་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་མི་དང་བཙས་པ་གཞི་མེད་དུ་གཏོང་བྱབ་
 ཟེར། འབར་མདེལ་དེ་འདྲ་བ་བརྒྱ་ལྷག་ཏུ་ཉི་བ་ཙམ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཉིང་ན་ཡོད།
 ད་སྟོན་བཟོས་ཟིན་པའི་རྩལ་མདེལ་དེ་དག་ཁོ་ནས་གྱང་འཇར་པན་གྱི་མི་སྤྱི་འགྲོ་



ཡོངས་རྫོགས་ལན་གྲངས་བརྒྱ་ལྷག་མང་པོའི་པར་ཅུ་མེད་དུ་གཏོང་བར་འདར་ངེས་
 ལུ་ཡོད། དེ་དག་གྲང་སོ་སོ་ནས་རང་བསྐྱུང་བ་དང་དག་གསོད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
 རྒྱུ་བྱེད་ཡོད། དོན་ལ་ས་གོ་ལ་རྒྱུང་དུ་འདིའི་ངོས་སུ་གནས་པའི་མི་རྒྱམས་ཀྱིས་
 རང་གིས་རང་གསོད་པར་མ་ཟད་མི་རབས་རྗེས་མ་དག་དང་བཙས་པ་ཤུལ་མེད་དུ་
 གཏོང་བའི་སྒྲོར་བ་འབད་པས་བྱས་བྱས་ནས་འབྲས་བུ་སྒྲིན་མ་རག་པའོ། །མ་
 འོངས་པར་མི་རྒྱམས་ཀྱིས་ད་དུང་ཆོ་ཕྱི་ལ་ཡིད་ཆེས་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བརྩི་
 འཛིག་ཡང་དག་པ་ཞིག་མེད་ཕྱིན། འདུལ་བ་ལུང་ལས། འདོད་པ་བསྐྱེན་པས་ནི་
 སྤྲིག་པ་མི་བྱ་བ་མེད་པས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་དབང་དུ་རྒྱར་བ་
 དག་གིས་ནི་འདི་མི་བྱེད་བྱ་བ་མེད་པས་སྒྲ་ཕྱི་ཙམ་མ་གཏོགས་མི་རྒྱམས་ཀྱིས་རང་
 བྱས་རང་ལ་སྒྲིན་པ་གདོན་མི་ཟ་སྟེ། རུལ་མཚོན་གྱི་སྒོལ་འབྱེད་པ་པོ་ཨེ་དབྱིན་སུ་
 ཐན་གྱིས། སྒྲེ་རྒྱ་ཅུ་མེད་དུ་འགོ་བའི་དུས་ཀྱིས་རང་རེ་རྒྱམས་ལ་གཡལ་མོ་བྱེད་
 གྱིན་འདུག་གོ། ཟེར་བ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་སྤང་ངོ། །དེ་ལྟ་ན་འཛིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་
 བ་འདི་ནི་ཆོ་ཕྱི་མར་ལྟ་ཅི། ཆོ་འདིར་ཡང་ཆེས་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་
 ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྒྲེ་བ་སྒྲ་ཕྱིའི་རྒྱམ་གཞག་མདོར་བསྐྱས་ཙམ་ཞིག་རེ་
 ཞིག་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །

སྤར་སྤྲས་པ། དེ་ལྟར་འཛིགས་དུང་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཡི། སྒྲེ་འཆི་དུས་རྒྱབས་
 དྲག་ལ་བདེབས་པའི་སྤྲས། །འདོད་མེད་གཉིད་དུ་ཡུར་བའི་སྒྲེ་པོའི་ཆོགས། སྤྲིད་
 ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ལམ་ལ་བསྐྱལ། །གངས་བྲག་སྒྲན་ཡོངས་བས་མཐའི་
 བརྟེ་གནས་ན། །བསམ་གཏན་ཞི་ལ་གཞིལ་བའི་ཀུན་སྤང་ཡང་། །ཅི་སྟེ་སོས་ན་
 འགོ་ལ་སྤྲིང་རྗེའི་ཤུགས། །སྤྲིར་ཞིང་འཕེལ་བའི་རྒྱུན་དུ་གོར་མ་ཆག །ཀྱེ་མ་འགོ་
 འདི་མོངས་ཆེས་པས། སྤྲིད་པའི་རྒྱ་པོར་བྱིངས་བཞིན་དུ། །རྟ་ལ་ཞོན་ནས་རྟ་པོར་

ལྟར། །ལ་ཅིག་ཡང་སྤྱི་དཔྱད་དོ་ལོ། །ལེགས་བཤད་འོད་སྤང་བྲལ་བའི་མུན་ཁང་
ན། །དུས་ལོང་དམིག་བྱའི་མགོན་གྱིས་ཡོངས་བཏང་བ། །ལྟ་ལོག་དཔག་སྤྱོད་
བཅུགས་པས་ལུས་བརྒྱུད་སྤྲུལ། །སྤྱི་རན་དུག་གི་ལ་རྒྱུད་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་
མུས་རྒྱུ་མང་འགྲོ་བའི་ཡིད་གྱི་མཁར། །དད་དང་སྤྱི་དཔྱད་ཞེས་སྤང་བ་ཡལ་གྱུར་
ཅིང་། །ཁྱོ་ཆགས་རན་གཡོའི་སྤྱི་ལུང་ཆེར་དཀྱིགས་པས། །མི་ལུལ་ཁྲག་གི་རྒྱ་
མཆོས་ཡང་ཡང་བཀའ་། །བསྐྱེད་ཆོག་འབྲུལ་ཞགས་ནག་པོས་མགུལ་བསྐྱེད་སྤྲུལ་
ནས། །ཡང་འཇིག་ཡང་སར་འཁྱིད་ལ་ཆེར་རུམ་བ། །

དང་སང་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་བག་ཡང་རྒྱ། །ཡིད་སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་ཉེ་ཆོགས་ལ་གཟབ་
པར་རིགས། །ལྟ་རན་མུན་ནག་བདོ་བའི་སྤྱོད་སྤྱོད་འདིར། །ཁྲུ་གསུང་རྒྱ་སྤང་
བདུད་ཅིའི་བཅུད་འབྱུང་བས། །སྤྱོད་སྤྱོད་འདུག་ཡངས་སྤྱོད་པོ་དགའ་བའི། །
བསམ་གཏན་བདེ་བའི་རོ་ཡིས་བསྐྱེད་དུ་མེད། །ཤེས་རབ་འོད་གྱིས་ནང་གི་མུན་པ་
སེལ། །ཁྲུ་གསུང་རྒྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་དགའ་བའི་གཉེན། །སྤྱོད་སྤྱོད་འགྲོ་བའི་དཔལ་
དུ་དེང་ཤར་གྱིས། །རྒྱར་ཤོག་དམ་ཆོས་ཉི་མ་བསྐྱེད་པར་མཛོད། །འདི་ལྟར་བསྐྱེད་
པའི་རྒྱུ་དགར་གང་མཆིས་དེས། །འགྲོ་གྲུན་ལོག་པར་ལྟ་བུ་ལས་སྤྱོད་ཞིང་། །

བདག་གྱུང་སྤྱོད་ཞིང་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་དུ། །ཆོས་འཛིན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་གསལ་བྱེད་
ཤོག །ཅིས་པ་འདི་ནི་རང་ལ་སྤྱར་ནས་གྱུང་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྱི་འདུན་ཡོད་ཁར་ཉི་
ཆར་ཆོས་ཀྱི་མཆོད་པོ་མགོ་ལོག་དབང་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་བསྐྱེད་ནོར་བུ་མཆོག་དང་ཞི་
བདེ་རྒྱ་མཆོ་ཆོན་པོའི་དཔལ་ཀྱི་སྤྱི་དཔྱད་ཞིག་ཏུ་སྤྱོད་འཛོམས་སྤྱོད་ཆོ་ཁོང་གིས་འདི་
ཉིད་ཅིས་གྱུང་འབྱི་དགོས་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། །ཕྱིས་སྤྱོད་སྤྱོད་འཛོམས་ཡང་ཡང་
བཏང་སྤྱོད་ནས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་བྱིས་ཏེ།



དེ་ཡང་ཕྱོད་བྱོན་ཚད་མའི་སྒྲིལ་བྱ་དག་གི་དགོངས་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་རྟོག་པ་ཚོ་
 ལ་དགོས་པ་མི་འདུག་པས་དེ་དག་གི་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་ཁྱེད་ལ་བརྟེན་
 ཅིང་། གཞན་ཡང་རི་རྒྱུད་དུ། རི་ཉལ་གྱི་སྒྲོ་སྒྲོ་དག་ཞེས་གྲིས། །གཟུང་བར་མི་རུས་
 དེ་བཞིན་དུ། །ཞེས་པ་ཉལ་དེར་དུས་ཀྱི་མིའི་བསམས་ཚུལ་དང་བསྐྱུན་པའི་རྒྱུ་
 བྱེད་གསར་པའང་ཅི་རིགས་པ་བསྐྱུན་ཏེ། གསེར་ཕྱོངས་སྒྲ་མ་རུང་ལྟ་རིག་ནང་
 བསྐྱུན་སྒྲོ་བ་བྱ་ཆེན་མོར་བོད་རབ་རྒྱན་ས་ཡོས་རྒྱ་དུག་པའི་ཆོས་བཞི་སྟེ་སྟོན་པ་
 ཐུགས་རྗེ་ཅན་མཉམ་མེད་ཐུབ་པའི་དབང་པོས་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་འཕར་ཐོག་
 མར་བྱེ་བའི་དུས་ཆེན་ལ། དོན་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་མཚན་ནས་སྒྲོས་ཏེ་ཆོས་རྗེ་དམ་པ་ཡིན་
 བཞིན་ནོར་བུ་ལ་རིགས་མེད་ཐུན་ཆོགས་འབྱུང་གནས་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞབས་
 རུལ་སྤྱི་བོར་ལེན་པའི་གྲས་སྒྲོ་བ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྒྲོ་གོས་སུ་འབོད་པས་རྫོགས་པར་
 སྒྱུར་བ་དག་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག། ||



གདན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྒོ་ནས་གནས་དྲན་པའི་བྱིས་པ་དེའི་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མ་དེ་ལྟར་
མེད་ཅིག་ཟེད། དེ་ལ་ལུགས་ལྟ་དང་ལུགས་ལྟ་མོ་གཉིས་བཅས། དེ་ལས་ལུགས་ལྟ་དང་ལུགས་
མོ་གཉིས་དྲན་པ་ལྟར་ལྟུག་སྟེ། ཐམས་ཅད་ལོ་ན་གིན་ཏུ་མཐོ། ལུ་ཆེ་བ་དེ་རང་ལོ་ཉི་
ལྷའི་ཐོག་མགོ་ལོག་ཕྱོགས་སུ་སོང་ནས་བྱིས་མ་དང་ཡེ་མ་འབྲད། མས་ལུ་དེ་ལ་
ཡིད་གིན་ཏུ་འབྲེང་སྟེ། ལྷན་ཏུ་ལུ་དེ་ལ་གཅིག་འབྲད་པའི་སྒོ་ནས་ལམ་འདེབས་གིང་
སྒྲུབས་འཇུག་ལྟ། ཆོ་མཐར་མེག་གཉིས་ཀ་ཡོང་ནས་གིལ། །

དེ་ནས་ལོ་ཉི་ལྷ་ཙམ་སོང་བ་སྒྲི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་མགོ་ལོག་ཕྱོགས་སུ་སོང་བའི་ལུ་དེའི་
ལུ་མོ་རྒྱུང་བ་ལ་ལུ་མོ་ཞིག་བཅས་ཏེ། མངལ་ན་ཡོད་ཆོ་མས་སྒྲི་ལམ་ཉམས་མཚར་
བའང་མིས། གདམ་སྒྲི་གིས་ཙམ་ནས་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མའི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུས་ཀྱང་མ་
བསྐྱབས་བཞིན་ཐོལ་བྱུང་ཏུ་སྒྲི་བར་བྱེད། བྱིས་སྒྲི་ལོ་༡༩༩༠ལོ་ལུ་མོ་ལོ་གསུམ་ཏུ་
སོན་པ་ན་སྒྲར་མགོ་ལོག་ཏུ་སོང་བའི་ལུ་དང་དེའི་གཟུང་སྒྲི་དང་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལུ་མོ་
རྒྱུང་བ་དང་མག་པ་དང་བཅས་པས་བྱིས་པ་ཁྱིད་དེ་གསེར་ཁོག་ཏུ་ཉི་འབྲེལ་རྣམས་
ལ་བལྟ་བར་འོང། དེའི་ཆོ་ན་བྱིས་པས་རང་གི་སྒྲེ་བ་སྒྲ་མའི་གྲོང་པ་དང་ཁང་པ་
དང་ཉི་འབྲེལ་དང་གྲོང་མི་གཞན་པ་དང་དངོས་པོ་དག་ངོས་འཛིན་གསལ་པོར་བྱས་
པས་ཉི་འབྲེལ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲར་གི་བའི་མའི་སྒྲེ་བར་ངེས་པ་རྟེན་པ་ཞིག་ཟེད་འཇུག་
གོ། །

དེ་ལ་ངེད་ཀྱིས་ཐོག་མར་སྒྲར་གྱི་ལུ་གསུམ་ལས་འབྲིང་པོ་དེའི་ལུ་ལ་བྱིས་པས་དེའི་
རྒྱས་པ། ལུ་མོ་ལོ་གསུམ་ཀྱི་ཏུས་སུ་ངེད་ཅག་གི་བྱིས་ཏུ་འོང། ར་ཆོའི་གྲོང་པ་
ངོས་འཛིན་བྱས་གིང་ལམ་ཁྱིད་བྱས་ཏེ་ངེད་ཅག་གི་སྒྲར་གྱི་ཁང་པ་རྟེན་པའི་ལུ་ལ་ཏུ་
སོང་འཇུག་སྟེ། སྒྲར་ངེད་ཀྱི་ཁང་པ་དེ་གྲང་མགོ་གྲོང་པའི་སྒྲིད་ན་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་
སྒོས་ཏེ་གྲོང་རྫོང་ན་ཡོད། ཁང་ལུ་ལ་ཏུ་འབྱོར་བ་ན་བྱིས་པས་སྒྲར་ངེད་ཀྱི་ཁང་པ་

འདིན་ཡོད་ཀྱང་ད་ལྟ་མི་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་འདུག་དེ་ནས་དེད་ཅག་གི་མ་དང་ཁྲོའི་
 མོགས་དང་འབྲད་པ་ན་སྒྲུས་ཀྱང་ངོ་སྟོད་མ་བྱས་ཀྱང་ངོ་ཤེས་ཏེ་ཐམས་ཅད་
 ལ་འཐམས་ནས་རུ་ཁྲིད་དེ་རྒྱམས་ཀྱང་རུའོ། །ཡང་དེ་རྒྱམས་ལ་རུ་མ་སྒྲུབ་ཚུལ་བྱེད་
 ཅིང་གིན་རྒྱ་སྟོང་བརྩེ་བརྩེ་བྱེད་དེ་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་ཤེད། དེ་ནས་དེ་རྒྱམས་ཀྱིས་
 འདིའི་སྟོང་པ་གང་ལ་བརྟུས་ཀྱང་དེད་ཅག་གི་མ་དེ་ཡིན་པེས་འདྲ་བས་མངོན་གཤེས་
 ཅན་ལ་འདྲི་བར་འགྲོ་ཟེར་ཏེ་ཡིན་ནས་དྲིས་པས་མའི་སྒྲིབ་ཀྱིད་ཤེད་ཅེས་གསུངས་
 ཟེར་རོ། །དེ་ནས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲུལ་གཅིག་ལུས་ཡོད་པ་དེ་དང་ཁྲུ་འབྲིང་པོའི་བཟའ་རྒྱ་
 གཉིས་འདི་གའི་དགེ་བསྟེན་གྱི་ཆོས་སྟེན་འདུག་པ་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་དྲིས་པས་དེ་
 གཉིས་ཀྱིས་བཤའ་པ། ར་ཆོའི་མ་དེ་ཡིར་སོང་བའི་སྟེད་ལ་ཡིད་ལྟག་པར་རུ་འབྲིང་
 སྟེ། མོ་རང་གི་སྟེང་བའི་ནང་ན་བྱུ་རུ་རུ་འེབ་སྐྱུས་ཡོད་པ་དེ་དག་ལུང་དེ་དགོན་
 བའི་ནང་རུ་སྐུལ་ནས་རའི་སྟེད་དང་གཅིག་འབྲད་དགོས་ཞེས་སྟོན་ལམ་འདེབས་
 པར་བྱེད། འོན་ཀྱང་དེ་རྒྱས་འགྲིམ་འགྲུལ་གིན་རྒྱ་སྐྱབས་མི་བདེ་བས་འབྲད་བྱུབ་
 མ་སོང་། ཞེས་ཟེར་ཏེ་གཏམ་གཞན་རྒྱམས་གོང་གི་དེ་དང་དོན་གཅིག་པར་འདུག་
 རྟེ་བྱུང་པར་མ་བྱུང་རོ། །

དེ་ནས་ཕ་ཆུང་པ་དེ་ད་ལྟ་འདི་གའི་ཆོས་ལྷན་པོ་དང་པ་དེ་ལ་དྲིས་པས་གཞན་ནུམས་
 ཞོང་དང་གཅིག་པ་ཞོན་པོ་དང་། ང་དེ་ཉིན་ཆོས་ཆོག་ས་ཀྱི་ས་ནས་ཕྱི་ཙམ་ནས་ཁྱིམ་དུ་
 ལོག་ལུ་པ་ར་འཐུང་པ་ན་ཕྱིས་པས་ང་ལ་ད་དེ་དག་ཉིས་ཉལ་ཟེར། མས་ཨ་ཁུ་
 ལ་ར་འཐུང་དུ་ཆུག་ཟེར་ཡང་མི་ཉན། དེ་ནས་ང་རུམ་ནས་ཉལ་ཏེ། ལག་པ་གཉིས་
 ཀྱིས་ངའི་མགོ་པ་དུ་སྒྲུང་ནས་ལུ་མ་སྒྲུབ་ཚུལ་བྱེད། ཉིན་ལྷ་དུག་ཙམ་ལ་པསྒྲུང་
 མར་དེ་ཞོན་ལྟ་དུ་བྱེད་དེ་ལྷག་པ་དུ་སྒྲིང་པ་ཅེ་པ་བྱེད་ཅིས་ཟེར་པོ།



དེ་རྗེས་ལོ་རྒྱུས་འདི་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྤར་ཡང་
 ཟླ་ཕྱི་མའི་ཆེས་བཅོ་ལྔ་ཉིན་ཆེད་གཉེར་གྱིས་མཆོ་སྟོན་དུ་སོང་ནས་སུ་མོ་ཉིད་དང་
 སུ་མོ་དང་རྟག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་ཨ་ཕྱི་དང་མེས་པོ་དང་པ་དང་མ་བཅས་ལ་ཞིབ་པར་
 ཅད་གཙོད་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཨ་ཕྱི་ལ་བྱིས་ཏེ། དེ་ད་ལོ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་བཞི་
 རེད། དེས་སྤྲུས་པ། དེ་ཡང་སུ་མོས་གཏམ་སྤྲུ་གིས་ཅམ་གྱི་དུས་ན་ནངས་ཞིག་མེས་
 པོ་གཉིད་དེ་ཡོད་སྐབས་སུ་ང་ལ། འདི་ངའི་སུ་རེད་ཟེར། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་སུ་རྒྱུ་འདྲའི་
 རྒྱུ་ང་པ་ལ། ཞེས་མཆར་གཏམ་སྤྲུས་ཏེ་ཡིད་འཛིག་གང་ཡང་མ་བྱས། ཡང་སྐབས་
 ཤིག་ན་ངས་སུ་དེ་དྲན་དྲན་ནས་འབྲུག་ཅིག་ལ་ཞོན་ནས་སུ་བཅའ་པའི་ཕྱིར་འདིར་
 འོང་བ་ཡིན། ངས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཁང་ཐོག་ཏུ་སོང་ནས་ངའི་སུ་དེ་ཨོ་འོང་སྐྱམ་སྟེ་
 བརྒྱགས། མ་ཐུང་ཅ་ན་དེ་རིང་ཡང་ཐོན་མ་སོང་བས་མས་ནས་ཡི་ཆད་ཟེར། ཡང་
 སྐབས་ཤིག་ན་མེས་པོ་དང་དེའི་གཉེ་གཉིས་གསེར་ཁོག་ཏུ་འགྲོ་བན། དེ་ཉིན་ཆར་
 ཞིག་འབབ་ཀྱིན་འདུག ཕྱིས་པས་སྟེུ་ཁུང་ནས་ཕྱིར་བཏྲས་ཏེ། སྤ་མ་དཀོན་
 མཆོག་མཆིན། ངའི་སུའི་བྱ་བ་ལམ་དུ་འགྲོ་བར་གོག་ ཆར་དེ་མ་བབས་ན་ཅི་མ་
 རུང་ཟེར་ཏེ་ཕྱིས་པ་རྒྱུ་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་གིས་གོང་གི་གཏམ་དེ་རྣམས་སྤྲུ་བ་ཐོས་ཆེང་
 བྱི་རང་དབང་མེད་པར་ཡང་ཡང་དུ་གོར་བ་ཐུང་ཞེས་ཟེར་བ་དང་མིག་རྒྱ་གར་གར་
 དུ་བཞུར་ནས་ཐུང་བས་ལག་ཕྱིས་ཤིག་གིས་མིག་རྒྱ་འབྲིད་ཅིང་འབྲིད་ཅིང་རེད་ལ་
 རྒྱུ་དང་ཅ་འདི་རྣམས་བཤད། རེད་ཀྱང་སེམས་སྒྲོ་ལྟར་རེ་བ་ཞིག་ཐུང་ངོ། །

དེ་ནས་ཡང་མོས་བཤད་པ། ཕྱིས་སུ་རེད་ཅག་གསེར་ཁོག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ན། སྤར་གྱི་
 ཁང་པ་ཡོད་པའི་གྲོང་པ་དང་སུ་སུ་མོ་ཡུལ་མི་གཞན་རྣམས་མ་ནོར་བར་ངོས་འཛིན་
 བྱེད་ཅིང་། བྱང་མགོ་གྲོང་པའི་ཉེ་འདབས་སུ་འབྱོར་བ་ན་ངས་སྤར་མཛོ་མོ་
 རྣམས་དེད་དེ་འདི་ནས་པར་ཅི་འདྲའི་མང་པོ་སོང་མེད་དམ་ཟེར། འོན་ཁྱོད་ཀྱི་མཛོ་

མོ་རྣམས་གང་དུ་ཡོད་ཅེས་དྲིས་པ་ན་ཅང་མི་སྒྲ། ཉིན་ཞིག་ང་ཚོ་རྗེ་མགོ་གྲོང་དུ་ཕྱིན་
ནས་ཕྱིར་ལོག་པའི་ལམ་ནས་འདིར་སྡོན་ངའི་སྤེལ་རྒྱུ་པ་ལ་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་
པས་མ་གྲུབ་ད་དུང་ཡོད་ཐང་པས་བལྟ་དགོས་ཟེར་ནས་ལྷམ་མ་ལུང་གི་བར་དུ་ལྷ་
ཚུགས་བྱེད། འོན་ཀྱང་མ་གྲུབ་ནི་མཐོང་གྱུ་མི་འདུག ཕྱིས་སུ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐེ་
ཚོམས་ཆེར་སྐྱེས་པས་ཉེ་འབྲེལ་ཀྱུན་གྱིས་བྱིས་པ་ཁྱིད་དེ་མཁའ་འགོ་མའི་མདུན་དུ་
འདྲིར་སོང་བས་ཁྱེད་ཅག་གི་མའི་སྤྱི་པ་མ་འབྲུལ་བ་དེ་ཉིད་རེད་ཅེས་གསུངས་སྟེ།
དེ་ཚོ་ཐམས་ཅད་དུ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནས་མེས་པོ་ལ་དྲིས་ཏེ། དེ་ད་ལོ་
ལོ་བརྒྱད་ཅུ་བྱ་གཉིས་རེད། ཁོས་སྒྲུས་པ། ཆེས་ཐོག་མར་སྐབས་གིག་ང་གཉིད་
ནས་ཡོད་སྐབས་བྱིས་པས་ངའི་བཟའ་ལྷ་ལ་འདི་ངའི་སུ་རེད་ཅེས་སྒྲུས་འདུག་ཀྱང་
བྱིས་པའི་གདམ་ལ་ཆ་འཛིག་མེད་སྟེ། སྐབས་སྐབས་སུ་ཁ་ལ་མ་ཉན་ཆོངས་
འཛིངས་པས། ངས་ཁྱོད་བཅའ་ནས་འོང་བ་ཡིན་ན། ཅི་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་འཛིང་ངམ།
ང་ལ་ད་དུང་སུ་སྤྱི་པ་མ་མང་པོ་ཡོད་པས་དེར་སོང་བས་ཆོག་ཅེས་དང་། ཁྱོད་ཀྱིས་མ་
ལ་འཛིང་བར་བྱེད་དམ་ཟེར། ཡང་ངས་སུ་དེ་དང་ཨོ་འཕྲད་སྟེ་མ་པ་ན། འདུག་
དཀར་པོ་ཞིག་གིས་ངས་ཁྱོད་སྤེལ་སར་སྐྱེལ་ཟེར་བས་དེ་ལ་ཞོན་ནས་འོང་བ་ཡིན་
སོགས་ཟེར། འོན་ཀྱང་ད་དུང་ཡིད་མ་ཆེས། དེ་རྗེས་སུ་མོ་ལོ་གསུམ་དུ་སོན་པ་ན་སུ་
མོའི་ཡ་དང་མ་དང་ངའི་བཟའ་ལྷ་བཅས་ང་ཚོ་ངའི་ཡ་ལུལ་དུ་ཉེ་དུ་རྣམས་དང་
འཕྲད་པར་ཕྱིན་ཏེ། ཡ་ལུལ་གྱི་གྲོང་པའི་མདུན་དུ་རྒྱངས་འཁོར་ལས་བབས་ནས་
གསེར་རྒྱའི་འགམ་ནས་བཞུགས་དང་ལག་པ་ལ་ལྷས་གིག་བྱས་པ་ན། སུ་མོའི་པས་
གྲོང་པ་གོང་འོག་གཉིས་ལས་ང་ཚོའི་ཁང་པ་ཡོད་ས་དེ་གང་རེད་ཟེར། དེ་ཅན་སུ་
མོས་ལག་པས་ངའི་ཁ་བཀའ་སྟེ་ལན་སྟེར་དུ་མི་འཇུག་པར་གྲོང་པ་འོག་མ་དེ་རེད་



གོང་མ་མ་རེད་ཟེར། དེར་ང་གི་ན་ཁྱུ་ཡ་མཚན་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། རེད་ཅག་གི་ནང་ན་
ང་གཅིག་ལུ་མ་གཏོགས་ཡུལ་འདིར་འོང་མྱོང་མ་ཁན་གཅིག་གྱུང་མེད་པས་གོང་པ་
གང་ཡིན་གཤམ་དོན་ཅུ་པ་ནས་མེད་པས་ཡ་མཚན་པ་ལ་སྐྱམ་དུ་སེམས། ང་རང་ལོ་
ཉི་ཤུའི་ཐོག་ནས་ཐྱི་ལོགས་སུ་འབྱམས་ནས་སོང་། དེའི་སྡོན་དུ་བྱིམ་གྱི་ལས་ཀ་གོ་
མ་བཞོ་བ་དང་། ཞིང་བར་བ་དུང་བ་སོགས་པོ་མེད་ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་ང་རང་གིས་
སྐྱབ་པས་མ་ཟག་གྱི་ལག་རྟེན་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ང་ལ་བརྟེན་གདུང་ལྟག་པར་ཡོད་པ་
ཡིན་ཟེར་རོ།

དེ་ནས་ལུ་མེད་པ་ལ་དྲིས་པས་དེས་སྒྲས་པ། ང་ཚོ་ཆུ་འབྲམ་དུ་འབྱོར་བ་ན་གོང་གི་
མི་རྒྱམས་ཚོས་ཁྱེད་པར་སོང་ནས་གཅིག་གྱུང་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག ལུ་མེད་མེས་པོ་ཡང་
པ་ཡུལ་དུ་མ་འབྱོར་ནས་ཡུན་རིང་པོ་སོང་ལ་ཞིང་བར་ན་ལམ་མང་བས་འགོ་ལམ་
ལོགས་པོ་ཞིག་མི་གཤམ་འདུག་པས་རྩང་ཞིག་བསྐྱགས་ཏེ་མི་ཞིག་འོང་ཆོ་དྲིས་ནས་
འགོ་ཞེས་སྒྲས་པ་ན། ལུ་མེས་ལམ་ངས་གཤམ་པས་འགོ་ཟེར་ནས་ངའི་ལག་པ་ནས་
བྲིད་དེ་སྡོན་དུ་འགོ། སྡོན་ལ་མ་འགོ་བྲི་ཡོད་རྒྱ་རེད་ཅེས་སྒྲས་པས། བྲི་མེད། རེད་
ཚང་ལ་སྐར་ནས་བྲི་མེད། ད་ལྟ་ཡང་ཡོད་རྒྱ་མ་རེད་ཟེར། དེ་ནས་གར་རེར་བྲིད་
ནས་སྡོན་གྱི་ཁང་ལུ་ལྟོང་བ་དེར་སོང་། ཁང་པ་སྒྲོས་ནས་མེད་པས་སྐར་ནི་དེད་གྱི་
ཁང་པ་འདི་ན་ཡོད། ད་ལྟ་མི་འདུག་པས་འགོ་མི་གཤམ་ཟེར། སྐར་གྱི་ཁང་པ་དེ་དེ་
སྐབས་གནས་གཞན་དུ་སྒྲོས་ཟིན་པ་ཡིན་འདུག དེ་རྗེས་གསེར་ལྟ་ཅེ་དགོན་དུ་སྐོར་
བར་བྱིན་ནས་ལམ་བར་དུ་ཆར་འབབ་སྟེ། ཆུར་རྗེ་མདའ་གོང་པའི་བད་འབྱུང་ཚང་
ལ་སོང་པས་དེ་ཚང་གི་ཁང་པ་དེ་གནའ་ཁང་དུང་པ་ཆེར་འཐིབས་པ་ཞིག་འདུག་
པས་དུད་བདུག་བྱས་པ་ན། ལུ་མེས་ངའི་མིག་ལ་ཅིག་རེད་དེ་ཡང་ལོང་སོང་ཟེར་
ནས་དུ་བར་འདུག་ཟེར་ཏེ། ལུ་མེད་སྐྱེ་བ་སྐྱ་མ་ཡིན་ཟེར་བ་དེའི་མིག་གཉིས་ཀ་

ལོང་སོང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་གོང་བཤད་བཞིན་ནོ། །

དེ་ནས་སྤྱི་མོ་མ་ལ་དྲིས་པས་དེས་སྒྲུབ་པ། སྤྱི་མོ་འདི་མངལ་ན་ཡོད་པའི་ཆེ་
 ཐངས་ཅིག་པའི་མི་ལམ་ལ་འབྱུག་དཀར་པོ་ཞིག་འོང་ནས་ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ཏེ་གྲག་
 པས་ཁ་ནས་འོད་ལྷ་སྤྱི་ཞིག་བྱུང་ནས་པའི་ལུས་ལ་ཐོག་པ་ཞིག་མིས། སྤྱི་མོ་འབྱུག་
 ལོ་པ་ཡིན་ཞིང་མོས་ཀྱང་རྒྱུ་དུས་ནས་ང་འབྱུག་ཅིག་ལ་ཞོན་ནས་འོང་བ་ཡིན་
 ཟེར་བར་འདུག་པ་རྣམས་ཐོ་ཐུག་པ་ཞིག་བྱུང་། ང་ཚོ་ལ་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་པའི་ཉིན་དེར་
 ཨ་ཁུག་ནས་རྒྱུ་ཚས་འཛོགས་ས་ནས་ཕྱི་ཙམ་གྱིས་བྱིས་དུ་ལོག་ སྤྱི་མོས་མཐོང་བ་
 དང་འདི་པའི་སྤྱི་རྒྱུང་བ་དེ་རེད་ཅེས་ཟེར། དགོང་མོ་གནས་རྒྱུ་རུམ་ཞིང་འཐམས་
 བས་ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བར་བྱེད། ཉིན་ཞིག་མི་གཅིག་བྱུང་བ་ལ་བལྟས་ཏེ། སྤྱི་ལོ་ཐོན་
 སོང་ཡ། འདི་འི་མིང་ལ་སྤྱི་ལོ་ཟེར། མེས་པོ་དང་ལོ་མཉམ་ཡིན་ཟེར། ངས་གནས་
 རྒྱུ་ལ་ཐོས་ནས་དྲིས་པས་དེ་ག་རེད། བྱོད་ཀྱིས་རི་ལྟར་ཤེས་ཟེར། ཡང་ཀུན་
 འཛོམས་ཞེས་པའི་སྤྱི་མེད་ཅིག་དང་འབྲུད་པ་ན། ཨ་མ་འདི་འི་གདོང་གི་སྒྲིབ་དེ་
 སྤྱི་རྒྱུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་ཀྱང་ད་ནི་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་འདུག་ཟེར། ཡང་ཉིན་ཞིག་
 རེད་རྣམས་ཆེ་རིང་དོན་གྲུབ་ཚང་ལ་སོང་སྟེ། དེར་འཁོར་ལོ་ཀོ་སྤྱབས་ཅན་ཞིག་
 འདུག་སྟེ། འདི་ང་ཚོའི་རིང་གི་རེད་ཟེར། ཀོ་བས་གཡོགས་པའི་རྒྱ་བརྒྱུད་སྤྱོད་ལྷ་སྤྱི་
 ཞིག་མཐོང་ནས། འདི་ང་ཚོའི་དུས་སུ་ནི་ཅ་ཆེན་བྱེད་དེ། ད་ནི་འདིར་གཡུགས་
 འདུག་ཟེར། ལམ་དུ་ཆས་པ་ན་འདིར་སྤྱི་ལམ་མེད་ཀྱང་ད་ལམ་འདི་འདྲ་ཡག་པོ་
 རེད་འདུག་ཅེས་ཟེར། ལོ་དུག་ཙམ་དུ་སོན་པ་ན་འང་ང་ཚོས་འཛིང་ཆེ་བྱོད་ཅག་གིས་
 འཛིངས་དང་ང་བྱོད་ཚོའི་ཨ་ཕྱི་རེད་ཟེར་རོ། །

དེ་ནས་སྤྱི་མོ་རང་ལ་དྲིས་ཏེ། དེ་ད་ལོ་ལོ་བརྩུ་བཞིར་སོན་ཅིང་དབང་པོ་ལ་སྤྱོན་



མེད་ལ་རྣམ་ཤིག་བཀྲ་བ་ཞིག་འདུག་མེད་ཅེས་སྒྲུབ་པ། ད་ལྟ་ངས་སྒྲུབ་བ་ལྟ་མེད་དོན་
 ཅི་ཡང་དྲན་རྒྱ་མི་འདུག་ གསེར་ཁོག་ཏུ་འགོ་སྐབས་རང་གིས་གཏམ་ཅི་ཞིག་སྒྲུབ་
 བ་ཡིན་ཡང་མི་དྲན། མེས་པོ་སོགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་སྒྲུབ་ཞེས་བཤད་པ་
 བཤང་ངས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་དྲན། གསེར་ཁོག་ཏུ་འགོ་བཅུ་མེས་པོ་མ་གཏོགས་
 གཞན་གྲགས་སུ་ཡོད་དང་མེས་པོས་ཀྱང་གཏམ་ཅི་བཤད་ནི་མི་དྲན། མེ་ཏོག་སྒྲ་
 རོགས་སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་ཞིག་ནས་ངས་མེས་པོ་ལ་གསེར་ཁོག་གི་ཁང་བ་རྒྱུང་བ་ཞིག་
 སྟོན་གྱིན་འདུག་པ་དང་། མེས་པོའི་རྒྱང་པ་ལ་གིང་འཛོམ་གྱིས་མ་བྱས་པས་ཁྲག་
 ཅུང་ཟད་འོང་བ་འཁོལ་ཙམ་ཞིག་དྲན་ཏེ། འོན་ཀྱང་དེ་གསེར་ཁོག་ཏུ་ཕྱིན་པ་ན་
 དངོས་སུ་དྲན་པ་ཞིག་ད་ལྟ་དྲན་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མི་ལམ་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་མིས་པ་
 ད་ལྟ་དྲན་པ་གང་ཡིན་དཔེ་བ་འབྱེད་མི་སྟབ་པར་འདུག་ ང་ལོ་གིན་ཏུ་རྒྱུང་ལུང་
 སྐབས་གིག་ན་འབྲུག་དཀར་པོ་ཞིག་ཞོན་ནས་འོང་བ་མིས་པ་དྲན་ཏེ། དེ་ཡང་ཨ་
 མས་ང་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་ཅེས་སྒྲུབ་པ་ཐོས་ནས་གཉིད་དུ་ཡུར་ནས་དེ་ལྟ་
 ལུ་ཞིག་ཡང་མིས་པ་ཡིན་ནམ། དང་པོ་ནས་རང་གིས་མིས་པ་གང་ཡིན་གསལ་པོ་
 ཞིག་མི་ཤེས་འདུག་ སྐབས་སྐབས་སུ་དངོས་པོ་དམིགས་བསལ་བ་འགའ་རེ་མཐོང་
 བ་ན་འདི་སྒྲུབ་བ་ལྟ་མར་ངའི་རེད་སྟུང་པ་འཁོལ་ཙམ་རེ་འོང་། དངོས་པོ་གསེར་པ་
 འགའ་རེ་མཐོང་བ་ན་སྒྲུབ་མཐོང་མྱོང་བ་ལྟ་ལུང་སྒྲུང་བ་འབྲུང་། ཞིབ་ཏུ་བསམ་སྒྲོ་
 བཏང་བ་ན་སྒྲུབ་བ་ལྟ་མར་མཐོང་བ་ཡིན་སྟུང་བྱེད་པ་དག་འབྲུང་། ང་ལ་མེས་པོ་
 སོགས་ཀྱིས་བཤད་བཤད་པས་རང་གི་སྒྲུབ་བ་ལྟ་མ་དེ་མེས་པོའི་མ་དེ་ཉིད་ཡིན་ངེས་
 སྟུང་པ་ལས་ཡིན་རྒྱུ་མ་རེད་བསམ་པ་ཅུ་བ་ནས་མི་འདུག་ ད་ལྟ་བྱིས་མི་ཐམས་ཅད་
 ལས་མེས་པོ་ལ་ལྷག་པར་དགའ་ཞེས་ཟེར། བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་པ་ལོ་གསུམ་
 བཞིའི་སྐབས་སུ་གིན་ཏུ་གསལ་པོར་དྲན་གྱིན་འདུག་མེ། སྒྲུབ་བ་ལྟ་མའི་དོན་ཅི་ཞིག་

དྲིས་ཀྱང་བཤད་རྒྱ་ཡོད་ཆོད་འདུག །ལོ་དུག་བདུན་ཙམ་ནས་རིམ་གྱིས་མི་དྲན་པར་
 གྱུར་སོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྒྲེབ་ལྷ་ཕྱི་དྲན་པའི་བྱིས་པ་ལལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གིས་ཆེར་སྐྱེས་
 པ་ན་རིམ་གྱིས་བརྗེད་ནས་འགོ་བ་ཡིན་པར་མཐོང་བས་འདི་གི་ན་ཏུ་བདེན་ནོ། །དེ་
 རྗེས་གྱང་མགོ་གྲོང་གི་གྲོང་མི་ལལ་བ་དག་ལས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་
 པའི་མེར་སྐྱ་མང་པོ་ལའང་ཞིབ་འདྲི་བྱས་པས་གཏམ་ཐམས་ཅད་གཅིག་མཐུན་དུ་
 བྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་འདྲི་ཅད་བྱེད་པ་ནའང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྒྲོ་འདོགས་གྱི་
 བསྐྱད་པ་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་པར་བརྟགས་པས་བདེན་དོན་ཡང་དག་ཏུ་མཐོང་ནས་
 དག་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ནོ། །



༡། ཤི་ཡུལ་ནས་སྤྱར་ལོག་ནས་བཟའ་མི་བམས་ཅད་
མཉམ་འཛུམས་བྱང་བ།

ཡང་མགོ་ལོག་པད་མ་རྫོང་མདོ་གོང་མ་དགོན་ན་སྡོན་གནས་རྗེས་སུ་དན་པའི་བྱིས་
པ་ཞིག་ཡོད་ཅིས་པའི་གཏམ་བོས་པས་དེ་ཅད་གཅོད་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱ་སྟུང་སྟེ།
གྲོགས་མཆེད་འགའ་ཞིག་གིས་ངོ་སྟོར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་རབ་རྒྱུན་རྒྱུ་
ལོའི་དབྱར་སྐྱེ་ཐ་རྒྱུད་གི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་གྱི་ཞོགས་པ་གིན་ཏུ་སྤྱི་བར་མགོ་ལོག་
བྱོགས་སུ་སོང་། དགུང་མོ་མདོ་གོང་མ་དགོན་ཏུ་འབྱོར་ནས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་
པར་ཅད་གཅོད་བྱེད་མགོ་བརྩམས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་པད་མ་རྫོང་མདོ་གོང་མ་དགོན་ན་གྲུ་བ་ཐུབ་པསྟན་སྟོ་འཕེལ་ཞེས་བྱ་བ་
ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལོ་ཉིར་བདུན་ཅུ་གྱི་སྟེང་ནས་མགོ་ནད་གྱིས་གི་དེ་ནས་མིང་པོ་
མ་བོག་པ་སྟེ་ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར་མགོ་ལོག་དགའ་བདེ་རྫོང་ཁོ་རྒྱ་གར་སུ་སྟོར་ཆོ་པའི་
ནང་དུ་བྱིས་པ་ཞིག་བཅས་དེ་ལུས་གྱི་སྟེང་ན་ལྟན་སྟེས་སུ་སྟེ་བ་སྤྱི་མ་ལས་བྱང་པའི་
རྟགས་མཚན་བྱང་པར་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ལ། གཏམ་སྤྱི་གིས་པ་དང་མཉམ་
དུ་ཆོ་སྤྱི་མའི་མ་དེའི་མིང་ནས་འབོད་ཅིང་ས་མིང་དང་ཡུལ་མི་རྣམས་གྱི་མིང་ཡང་
རྒྱུན་དུ་སྤྱི་སྟེ། ང་རང་པད་མ་རྫོང་མདོ་གོང་མ་དགོན་ནས་ཡིན། ཨ་མའི་མིང་ལ་རྒྱ་
ལོང་ཟེར་ཞེས་སོགས་སྟེང་། བྱིས་པ་དག་ཅིད་མོ་བྱེད་པ་ན་ང་མགོ་ནད་པ་ཡིན་ཟེར་
ནས་མགོ་རས་གྱིས་དྲི་ཞིང་། གཞན་མགོ་ནད་གྱིས་ན་བ་དག་ལ་སེམས་བྱལ་
ལྟག་པར་བྱེད། ལོ་བཞིའི་སྟེང་ཁྱོད་སྤྱི་བར་སྟགས་རྗེ་ཆོན་པོ་མཇལ་དུ་སོང་ནས་ཡར་
ལམ་པད་མ་ནས་འོང་སྟེ་མདོ་གོང་མར་འབྱོར་བ་ན་ངའི་ཨ་མ་དང་བྱིས་འདི་ན་ཡོད་

པས་འདི་ནས་རྒྱུད་སྤྱི་ཡོད་ལས་འབབས་དགོས་ཞེས་ནན་གྱིས་ཟེར། དེ་ནས་ཡང་
ལོ་ལཱ་ལྟེང་ཞང་པོ་སོགས་ནད་སྟོན་པའི་ཕྱིར་པད་མ་རྫོང་དུ་འགྲོ་བ་དང་མཉམ་དུ་
བྱིས་པའང་ཁྲིད་དེ་འོང་བ་ན་ཡར་ལམ་དང་མར་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོ་ན་སྟོན་གྱི་
ས་ཆ་དང་ཁང་པ་མི་མང་པོ་བཅས་ངོ་འཛིན་བྱས་པས་དེ་སྟོགས་ན་ཡོད་པ་རྣམས་
ཡིད་ཆེས་པར་ལྷུང་རྟོ། །དེ་ནས་མདོ་གོང་མའི་སེར་སྒྱ་རྣམས་གྱིས་བྱིས་པ་དེ་ར་
ཆོའི་གྲུ་པ་ཐུབ་པ་སྟན་ཏེ་འཕེལ་ཡོན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་འདུག་པས་བདག་པོ་བྱེད་དུ་
འགྲོ་དགོས་ཟེར་ནས་དགའ་བ་དེ་རྫོང་ལུང་སྒྱ་དགོན་དུ་བྱིན། དེར་བྱིས་པས་རང་གི་
སྒྲ་མའི་པ་དང་དགོན་པའི་མཁན་པོ་དང་དགེ་སློང་གསུམ་པོ་ལེགས་པར་ངོས་
བཟུང་། བད་མ་རྫོང་གི་སྒྲར་གྱི་བྱིས་དུ་བསྐྱས་པ་ན་དེ་ནས་ཀྱང་སྒྲར་གྱི་རང་གི་
གོས་དང་ཁང་ལུ་ལ་དང་མི་དང་གཞན་ཡང་སྒྲར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བྱིས་པ་ཉིད་དང་བཟུང་
མི་རྣམས་ལས་གཞན་སྐྱས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་དག་གང་གིས་ཀྱང་མ་བསྐྱབས་པར་
ཤེས་པ་དང་། སྒྲ་མའི་པ་མ་གཉིས་ལའང་པ་མ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་བཅུ་གཉིད་
བཅོས་མིན་ཡོད་པ་སོགས་གྱིས་སྒྲ་མའི་ཡང་བྱིད་དུ་གསལ་པོར་ངོ་འཕྲོད་པ་ཞིག་
ཡིན་པར་འདུག་གོ།

དེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་འདི་མངོན་སྲུང་དུ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པའི་མི་དག་ད་ལྟ་མདོ་གོང་མ་
འདི་ཉིད་དང་ཨ་སྟོང་དང་རྟ་པོར་ཏེ་ས་གནས་གསུམ་ན་སོ་སོར་བྱས་ཏེ་འདུག་རེད་
གྱིས་ལོ་རྒྱུས་འདི་དབྱིས་བྱིན་པ་ཞིག་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཉིན་འགའི་རིང་
ལ་ས་གནས་གསུམ་ཆར་དུ་སོང་ནས་མི་དེ་རྣམས་ལ་དངོས་སྒྱ་གཏུགས་ཏེ་ལོ་རྒྱུས་
བསྐྱ་ལེན་བྱས། མདོ་གོང་མ་ནས་ཨ་སྟོང་ལ་སྤྱི་ལེ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་འདུག་ཟེ་
རུང་ནས་རྟ་པོར་ལ་སྤྱི་ལེ་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་འདུག་ལ། གཞུང་ལམ་བཟོ་སྒྲན་གྱིས་ས་



གྲོག་རྩོག་ཕྱི་ལོ་ལྷན་པ་ལ་ཆུང་གི་ལམ་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་པ་གཅིག་པོ་དེ་ལ་ས་
 ལྷོ་བ་གནམ་ལྷོ་བ་འབའ་ཞིག་གིས་འགོ་དགོས་ཤིང་། ལྷན་པར་དུ་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་
 གོང་དུ་ལོ་རྒྱུས་འདི་འདྲ་བ་གཞན་ཞིག་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་དུ་རྟ་བོར་ལ་སོང་
 པས་ལམ་དེ་དག་ཡིད་ལ་འཁོར་བ་ཙམ་གྱིས་ངལ་ཞིང་སྤྱན་པ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་
 དཀའ་ཆོག་ས་གང་ལ་འདམ་འདྲེན་པར་སྤྱོད་པ་ཞིན་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། གང་གི་ཕྱིར་ཞེན།
 ལོ་རྒྱུས་འདི་དག་གིས་སྤྱོད་འགྲོའི་ཆོ་སྤྱོད་གི་གནད་གསང་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ང་
 ཆོའི་མིག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་མ་རིག་པའི་
 བགས་སྒྲོང་ཆེན་པོ་མཐའ་དང་དབུས་མི་མངོན་པ་འདིར་སྤྱོད་འགྲོ་རྒྱུས་ཇི་ལྟར་
 འབྲམས་ཤིང་འགྲོ་བའི་སྤྱིད་པའི་ལམ་གྱི་ཁྱུག་སོ་རེ་མངོན་སུམ་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན་པའི་
 ཕྱིར་རོ། །ལྟ་བའི་སྤྱིགས་མ་ལྟག་པར་བདོ་སྟེ་ལོག་རྟོག་གི་རྒྱུན་རབ་ཏུ་འབྲམས་
 པར་གྱུར་པ་ན་དངོས་པོ་དག་གི་རང་བཞིན་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་ནི་དངོས་པོ་རང་ཉིད་ལ་
 སྟོན་ཏུ་འཇུག་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལུན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་གཞན་དག་གིས་ཅི་སྟུམ་མི་ཤེས་ཀྱང་ངེད་རང་གིས་བསམ་ཚུལ་ལ་བྱུང་བ་
 འདི་དག་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་པ་ཡིན། ད་དུང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱུ་གཞན་དག་
 ཏུ་འདྲེན་ལྟ་བུ་མང་པོ་ཡོད་ངེས་ཡིན་པས་ན། རང་ཉིད་གཞན་གྱི་རྒྱན་ཆོག་གིས་
 མ་བསྐྱུས་པ་དང་གཞན་རྒྱུས་རང་གི་རྒྱན་ཆོག་གིས་མི་བསྐྱུ་བའི་ཤེས་རབ་དང་
 དྲང་བདེན་ཟེལ་མེད་ཀྱི་བསམ་པ་དང་ལུན་པའི་སྟོན་ས་གནས་ཚུལ་དེ་རྒྱུས་སྤྱོད་
 ཡོངས་ལ་ཡང་དག་པར་སྟོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་རིགས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་པོ་
 དག་ལ་ཞར་བྱུང་དུ་ལུ་བ་ཡིན་ནོ། །

བྱིས་པ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མར་འདི་ཕྱོགས་སུ་ཁྱེད་ཉེ་འོང་བ་པོ་ཨ་སྤྱོད་དགོན་གྱི་གྲུ་
 པ་བཀྲ་ཤིས་ཞེས་པ་དེ་རེད། དེ་ལྟར་སྤྱོད་དགོན་པའི་སྤྱུལ་སྤྱུ་ཁྱིའོན་གྱི་མཛད་སྟེའི་

ཆོས་སྒྲོན་ལ་སོང་ནས་དགའ་བདེ་རྫོང་ན་ཡོད་པའི་ལྷ་སྒྲོན་ཆོང་ལ་བྱིན། ལྷ་སྒྲོན་
 ཞེས་པ་བྱིས་པའི་ད་ལྟའི་སྐབས་ཡིན། དེ་ཆོ་ལོ་རྒྱུས་འདི་གེས་འདུག དེ་ལ་བཀྲ་
 གིས་བྱིས་པ་བཤད་པ། ལྷ་སྒྲོན་ཆོང་འདི་རོགས་པའི་རོ་གེས་ཡིན་པས་དེར་སོང་། དེ་
 ཆོང་ལ་པད་མ་ནས་ཡིན་ཚུལ་རྒྱས་པ་ན་བྱིས་པ་ཞིག་ཉལ་ནས་འདུག་པ་བསྐྱངས་
 ཉེ་བྱིད་བྱུང་། མས་པ་བཤད་པ། བྱིས་པ་འདིས་རྒྱན་དུང་ལ་ཁྱོད་འདི་ཨ་མ་མ་ཡིན།
 འདི་ཨ་མ་རྣ་ལོང་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། ར་ར་པད་མའི་མདོ་གོང་མ་ནས་ཡིན་ཞེས་
 བས་ཅི་ཡིན་སྐྱམ་སྐྱེ་ར་དོགས་པ་སྐྱེས་པར་འདུག་ཟེར། བྱིས་པ་ལ་ཁྱོད་པད་མ་ནས་
 ཡིན་ཟེར་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཡིན་ན་འདིར་པད་མ་རྫོང་གི་མི་ལོང་འདུག་པས་ད་ཁྱོད་
 བྱིས་ཁ་བད་བྱིས་དང་ཟེར། རས་བྱིས་པ་ལ་ཁྱོད་རི་ལྟར་ཡིན་ཚུལ་བྱིས་པ་ན། ར་
 པད་མའི་མདོ་འགའ་པ་མ་ནས་ཡིན། འདི་ཨ་མའི་མིང་ལ་རྣ་ལོང་ཟེར། དེད་ཆོང་ལ་
 ར་མ་མང་པོ་ཡོད། ར་ཨ་མ་ལ་ར་མ་འཚོ་རོགས་སུ་འགོ་དགོས་ཟེར། མའི་མིང་གི་
 ཡིག་འབྲུ་དང་པོ་དེ་གསལ་པོ་ཞིག་དང་བྱི་མ་དེ་རྩུང་མི་གསལ་པོ་ཞིག་རྒྱས་སོང་།
 མདོ་འགའ་པ་ཟེར་སྒྲུང་འཆར་འདུག་སྟེ། མདོར་ན་སྐབས་དེར་འདི་སེམས་ལ་སྐར་
 ཆེན་ཆོང་གི་བྱ་གེ་སོང་བ་དེ་ཡོད་འདུག་སྐྱམ་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་། བྱིར་ལོང་ནས་ར་
 ཆོའི་བྱ་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ལོ་རྒྱུས་དེ་རྒྱས་པས་གདམ་དེ་བྱིར་བྲགས་སོང་། བྱིས་སུ་
 སྐར་ཆེན་བྱི་བཟང་བླ་རྣ་ལོ་ཞེས་པ་དང་ལ་བྱི་བར་བྱུང་སྟེ། རས་ཁོ་ཆོ་སེམས་པམ་ཨེ་
 འགོ་སྐྱམ་ནས་གསལ་པོ་ཞིག་མ་ཡོད་ཅེས་རྒྱས་ཞེས་ཟེར་།

བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་འི་དུས་སུ་ཞང་པོ་མགས་ནང་སྟོན་པར་འགོ་བ་དང་མཉམ་དུ་བད་
མར་འོང་བ་ན་རིན་ཆོད་དང་ཁེན་མར་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུར་མ་འཁོར་ནང་བཞག་
འོང་བས་ས་ཆ་དང་ཁང་པ་དོན་འཛིན་བྱས་ཚུལ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་གསལ་པོར་གསུ་



འདུག་པས་ཁོཅ་ཐར་ལ་བྱིས་པས་ཁོས་སྐྱས་པ། ང་ཚོ་དར་ལག་ཐོང་ནས་མར་འོང་
 ཚོ་བྱིས་པ་རྒྱུད་ཏུ་ཞིག་དང་བཅས་མི་འགའ་ཞིག་རྒྱུད་ས་ལ་ཁོར་དུ་བཞག་ནས་འོང་།
 བྱིས་པ་དེ་དང་དེའི་ཨ་མེ་གཉིས་རྒྱུད་ས་ལ་ཁོར་མགོ་ཁང་ནང་དུ་བཞུད། ལམ་བར་
 བྱིས་པ་དེས་ཁོ་པད་མ་ནས་ཡིན་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱས་སོང་བས་དེད་གཉིས་
 ཡ་མཚན་པར་གྱུར། ལྷ་བས་ལྷ་བས་སུ་གཉིད་འགྲོ་བས་སང་པ་ན་དེད་གཉིས་བྱིས་
 ཉམས་བརྟག་པའི་བྱིར་དུ་མདོ་གོང་མར་འབྱོར་སོང་ཞེས་སྐྱས་པ་ན་ཁོས་ཡར་བཏུ་
 མར་བཏུ་རེ་བྱས་ཏེ་ད་དུང་འབྱོར་མི་འདུག་ཟེར། མདོ་གོང་མར་འབྱོར་པ་ན་དེ་ཅི་
 བྱོད་གཉིད་དུ་ཡུར་པའི་ཚོ་མདོ་གོང་མ་བརྒྱལ་སོང་བས་དུ་མདོ་འག་བ་མར་འབྱོར་
 པ་དེད་ཅེས་སྐྱས་པ་ན། འདི་མདོ་གོང་མ་རང་དེད། ཡ་གི་ཁང་པ་མཐོན་པོའི་དུང་ན་
 ཡོད་པའི་ཁང་པ་དེ་དེ་ཚང་གི་ཁང་པ་དེད་ཅེས་སྐར་ཆེན་ཚང་གི་ཁང་པ་དེ་འཇུག་
 མེད་དུ་སྟོན། དེ་ནས་ཁོ་ཚོ་མར་པད་མ་ལ་སོང་། ང་དེ་གར་བབས་ཏེ་སྐར་ཆེན་གྱི་
 དུང་དུ་སོང་ནས་བྱོད་གྱི་བྱ་དེ་དེད་འདུག་ཅེས་སྐྱས་ཀྱང་ཁོས་ཡིད་འཛོག་ཆེར་མི་
 བྱེད་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ།

དེ་ནས་མར་པད་མ་ལ་འགྲོ་པའི་ལམ་བར་ནས་སྐུལ་སྐུ་ལྷ་མཚམས་དང་འཕྲད་དེ་
 ངོ་ཤེས། དེ་ཡང་རྟ་པོར་ན་ཡོད་པའི་ཨ་བྱིས་སྐྱས་པ། ང་ཚོ་པད་མ་ལ་འགྲོ་པའི་
 ལམ་བར་ནས་དབུ་སྐྱ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་མའོ་ཐའོ་འཁོར་ལོ་ཞིག་ལ་སྒྲོན་
 བྱུང་ནས་འདུག་པ་དང་འཕྲད། རྒྱུད་ས་ལ་ཁོར་ཁ་ལོ་བས་མར་བབས་ནས་མའོ་ཐའོ་
 བཟོ་བཅོས་བྱེད་རོགས་བྱས་སོང་། དེ་ཚོ་བྱིས་པས་ང་ལ་སྒྲ་མ་འདི་སྐུལ་སྐུ་ལྷ་
 མཚམས་དེད། མདོ་གོང་འག་བ་གྱི་དགོན་པ་གཉིས་ཀའི་བདག་པོ་དེད་ཅེས་ཟེར།
 ང་ཚོ་པད་མར་འབྱོར་ནས་འགྲུལ་ཁང་དུ་བཞུད་པ་ན་སྒྲེལ་ཁུང་ནས་སྒྲ་མ་དེ་མཐོང་
 བས་སྐྱར་མོར་སོང་ནས་དེའི་བྱུག་ནས་འཇུག་ཏེ་ཁམས་འདི་བྱས་སོང་ཟེར། དོན་དེ་



མོགས་དྲི་བ་དྲིས་ལན་མང་པོ་བྱས། མདོ་གོང་མ་ནས་ཡར་འགོ་སྐབས་དགོན་པ་ན་
 གསལ་མཁར་དགུ་ཐོག་ཅན་ཞིག་བཞེངས་ཡོད་པ་དེ་གིན་ཏུ་མཐོན་པོར་འདུག་ཟེང་།
 དེ་སྐར་ནས་ཡོད་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཤེས་སམ། སྐར་པ་ཡོད་པ་ན་འདི་བཞེངས་གྲུབས་
 བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཀྱི། དེའི་ཆེད་དུང་བཞེངས་མེད་ཟེང་། མེ་ཡོང་གིས་གསལ་མཁར་
 སྐར་བྱུང་བཅུན་སྒོ་འཕེལ་མ་གི་བའི་དུས་ནས་ཡོད་པས་ཤེས་མ་སོང་སྐྱམ་ཡང་
 ཕྱིས་ཞིབ་པར་བརྟགས་པས་ཁོ་རང་གིས་བཤད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་དུ་རེད་འདུག་ཅེས་
 ཟེང་དོ། །

དེ་རྗེས་མདོ་གོང་མ་དགོན་གྱི་སྒྲ་བྱ་རྣམས་དང་གཉི་མདའ་ཆོ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་
 བྱིས་པ་འདི་རང་རེའི་བྱུང་བཅུན་སྒོ་འཕེལ་གྱི་ཡང་སྤྱད་ཡིན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་འདུག་
 པས་མར་བསྐྱབས་པར་བྱ་ཞེས་པ་ལ་གྲོས་འཆམས་ནས་སྐུ་ལ་སྐུ་ལྟ་མཆོམས་དང་མཁན་
 པོ་བྱུང་བཅུན་གྱི་མཆོ་དང་དགེ་སློལ་རྩལ་པོ། འོད་ལུག། བ་མ་གཉིས། ལྟ་ཆེན།
 འོད་མཁས། མེ་ཡོང་། རིག་རྟོར་མོགས་སྡོན་གྱི་ཉེ་ས་རྣམས་དང་ཆོ་ཤོག་གི་ནང་
 བས་བསྐྱས་ཉེ་ཁྱོན་མི་བཅོ་ལྔ་ཙམ་ཞིག་དགའ་བདེ་རྫོང་ལུང་སྐྱ་དགོན་དུ་སོང་། ཕྱི་
 རྒྱུ་དེར་འཁྱོར་ནས་ཉེ་འདབས་སུ་རས་གུར་བྱུང་སྟེ་བསྟན། བྱག་སྟངས་གང་ཡང་མ་
 བྱས། ཕྱིར་ནངས་སྐར་པར་ལུང་སྐྱ་དགོན་པའི་སྒྲ་མ་བད་རྣམ་ལ་ལོ་རྒྱས་ཞུས། སྒྲ་
 མས་ཀྱང་གནང་ནས་བྱིས་པ་མར་གུར་ནང་དུ་བྱིད། དེ་ཆེ་སྐུ་ལ་སྐུ་ལྟ་མཆོམས་ཀྱིས་
 སྐར་ཡང་ཆོད་བརྒྱམ་པའི་ཕྱིར་མི་རྣམས་སུ་ཡིན་དྲིས་པ་ན་བདེ་སྐག་ཏུ་ངོས་བཟུང་
 སྟེ། དེ་ཡང་སྐུ་ལ་སྐུ་ལྟ་མཆོམས་དང་མཁན་བྱུང་བྱུང་དང་འོད་ལུག་གསུམ་ཆར་གྱིས་
 སྐྱས་པ། དེད་ཅག་གྲལ་བསྐྱིགས་ཉེ་གདན་ལ་བསྟན། ལྟ་མཆོམས་ཀྱིས་བྱུང་བྱུང་
 བཅུན་ནས་བྱིས་པ་ལ་འདི་ཨོ་ཤེས་ཞེས་དྲིས། བྱིས་པས་བལྟ་ཡག་ཅིག་བྱས་ནས།
 བྱུང་བཅུན་གྱི་མཆོ་ཨོ་རེད་གོ་ཟེང་། དེ་ནས་སྐྱིས་པ་གཞན་འགའ་ཞིག་བཅུན་ནས་

རེ་རེ་བཞིན་འདི་ཁྱོད་གྱི་ལ་ཨེ་རེད་ཅེས་དྲིས་ཆེ་མགོ་པོ་གཡུག་གཡུག་རེ་བྱེད། དེ་
 ཆེ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུའི་པ་སྐར་ཆེན་བྱི་རོལ་གྱི་ཐབ་ཀ་ན་ཡོད། དེ་འབྲལ་སྐར་ཆེན་གྱི་ར་
 བར་དུ་འཕྲལ་དྲེ་བྱུང་བ་ན་བྱིས་པས་མཛུབ་མོ་ཀེར་ནས་བསྟན་དྲེ་འདི་རེད་ཅེས་
 པའི་བརྟེན་བྱེད་ཅེས་ཟེར་རོ། །

དོན་དེ་སྐར་ཆེན་ལ་དྲིས་པས་ཁོས་བཤད་པ། པའི་ལུའི་ཡང་སྤྱོད་དེ་དགའ་བ་དེ་ན་
 འདུག་ཅེས་པའི་གཏམ་ཞིག་ཨ་སྟོང་ནས་ཡར་གྲགས་ནས་བྱུང་ལ། ལུའི་ཞང་སྟོར་
 རྣམས་གྱིས་འབྲེལ་གཏུག་ཅིག་བྱེད་ཟེར་ཡང་ངས་ཨེ་ཡིན་མི་ཤེས། བྱིས་པའི་
 གཏམ་ལ་མཉན་རྒྱ་མེད་ཅེས་སྒྲུས་ནས་དང་ལེན་མ་བྱས། ཁོན་ཀྱང་དེ་ཉིན་བྱིས་
 པས་ང་མཐོང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་པ་གཞན་སྟུང་ང་ཡང་མི་འདྲ་བར་ཡང་ནས་ཡང་
 དུ་ངའི་ངོ་ལ་བལྟ་ཞིང་ངེས་པར་དུ་ངོ་ཤེས་པར་འདུག་པ་མ་ཟད་སེམས་ཀྱང་སྟོོ་བར་
 འདུག་སྟུམ་པའི་རྣམ་འཕྱར་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་འདུག་པས་ང་ཆོའི་ལུ་དེ་ཡིན་ངེས་པ་
 རེད་སྟུམ་དུ་བསམས་ལ། གོས་རྟིང་ཤིན་ཏུ་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གྲོན་ནས་ཆེས་ཉམ་ཐག་པ་
 ཞིག་ཏུ་འདུག་སྟེ། ངས་ད་སྟོན་ཁོ་དག་པའི་ཞིང་ཞིག་ན་ཡོད་ལས་ཆེ་སྟུམ་པ་ལས་
 འདི་འདྲའི་ལུས་ཤིག་སྤངས་ཡོད་ཆགས་མ་བྱས་པས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྟོོ་བ་ཞིག་བྱུང་
 སྟེ་དུང་དུ་འགྲོ་ཡང་མ་བྱུང་ཟེར། སྐད་ཆ་འདི་རྣམས་བཤད་པ་ན་གད་པོ་སྐར་ཆེན་
 གྱི་མིག་གཉིས་གྱི་མཐའ་ན་མཆི་མ་ཆེ་མ་ཆེ་མེ་བྱུང་སྟེ་ལྟག་པོ་འགའ་ཞིག་གཏོང་ཁྱེད་
 བ་མར་འདྲིལ་དྲེ་སོང་། སྐབས་དེར་གི་གསོན་ངོ་འབྲད་རྩལ་གྱི་བརྟོན་བྱེད་དག་གི་
 དོན་སྦྱོར་གསོ་ངོར་ཤར་བ་ན་རེད་ཀྱང་ཡིད་ཤིན་ཏུ་སྟོོ་བ་ཞིག་བྱུང་རོ། ། བྱིས་པས་
 སྟོན་གྱི་ལ་མ་གཉིས་དང་མཉམ་དུ་ཇ་ཞིག་བཏུང་དགོས་ཟེར་ནས་པ་མ་གཉིས་ཀ་
 བན་བྱིས་ད་ལྟའི་ཁྱིམ་དུ་ཁྱིད་དེ་སོང་ཞེས་ཟེར་རོ། ། དེ་ནས་བྱིས་པ་འཇིགས་མེད་



ལུ་བ་བསྟན་དང་དེའི་ཨ་ཕྱི་བཅས་མདོ་གོང་མ་དགོན་དུ་བསྟན། དེ་ལྟར་དགོན་དེར་
 བསྟན། ཕྱིར་ནངས་ཕྱིས་པས་པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱིམ་དུ་འགོ་དགོས་ཟེར་ཏེ་གཡག་
 ཅིག་ལ་ཞོན་ནས་བུ་མོ་འོད་སྦྱིད་ཀྱིས་གཡག་སྣ་ཁྱིད་དེ་འགོ་བཅ། ཕྱིས་པས་ཨ་ཚེ་
 ལྷར་ནི་ང་ཆེ་ལ་ཁྱོད་རྒྱུང་ན་ད་ནི་ཁྱོད་འདི་འདྲ་ཆེ་ལ་ང་འདི་འདྲའི་རྒྱུང་ཅུར་གྱུར་
 འདུག་ཟེར། དེ་ཉིན་པ་སྐར་ཆེན། མ་རྩ་ལོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྲ། པ་མ་གཉིས་ལ་
 གཡོག་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་བསྟན་པའི་མའི་ཉེ་འབྲེལ་བུ་མོ་འོད་སྦྱིད་བཅས་ལྷར་ཀྱི་
 གཟུང་མི་བཞི་པོ་སྐར་ཡང་མཉམ་འཛུམས་བྱུང་སྟེ། ཉི་མ་འདི་སྐར་ཆེན་ཆང་གི་
 དབང་དུ་ན་རི་འདྲའི་བརྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་སྒོ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་རེད་ཨང་།
 སྐབས་འདིར་ཡང་དངོས་པོ་མང་པོ་ངོས་འཛིན་བྱས་འདུག་པ་སྐར་ཆེན་དང་ད་ལྟ་སྦྱི་
 ལེ་བཞི་བརྩ་ལྷག་གི་པ་རོལ་ཨ་སྒྱོང་ན་ཡོད་པའི་འོད་སྦྱིད་གཉིས་ལ་དྲིས་པས་
 གཉིས་ཆར་གྱིས་ཁ་མཐུན་པར་བཤད་པ། དགྲུང་མོ་ཉལ་བའི་ཆེན་པའི་ཉལ་གོས་
 རྒྱུ་མས་ཡོད་དུ་མ་ཟེར། ཉལ་ཆས་ཀྱི་གཡོག་ཁ་དོག་ལྡང་གུ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་དང་
 གོས་གཞན་རྒྱུ་མས་བྲ་མ་ཨ་ཅུ་ལ་ལུལ་ནས་མེད་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་སྟུག། འོད་སྦྱིད་ཀྱིས་
 ཉལ་ཆས་ཁྱེར་འོང་སྟེ་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་དེ་ཨེ་རེད་ཅེས་དྲིས་པ་ན་ཞིབ་བལྟ་ཞིག་བྱས་ཏེ།
 གཡོག་དེ་མ་རེད་ཟེར། སྐར་ཆེན་གྱིས་འོན་ཁྱོད་ཀྱི་དེའི་གཡོག་དེ་དཀར་པོ་འམ་
 དམར་པོ་འམ་སེར་པོ་འམ་ལྡང་གུ་གང་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ན་ལྡང་གུ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་
 ཟེར་ཏེ་ཡང་དག་པར་ངོ་ཤེས་སོང་། ཁྱི་སྐད་ཐོས་པ་ན་ཨ་པ་སྐར་རེད་ཆང་ལ་ཁྱི་
 ཆན་ཞིག་ཡོད་པ་མཆན་ཁྱི་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཁྱོད་ཟོག་བཅའ་དུ་འགོ་བའི་
 རྩེས་སུ་སོང་བས་བོར་སོང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཟེར། ཕྱིར་ནངས་འོག་ཏུ་བཏང་བའི་
 གྲུ་མ་ཅེ་དེ་ལ་བལྟས་ནས་འདི་ངའི་རེད། གྲུ་མ་ཅེ་འི་མཐའ་ན་ཁབ་ཆོགས་འགའ་
 ཞིག་དུ་བ་འདུག་པ་མཐོང་བས་འདི་ང་རང་གིས་དུ་བ་པ་རེད་ཟེར། འོན་ཁབ་ཆོགས་

འགའ་ཞིག་ལས་གཞན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་དྲུབ་པ་ཡིན་ནམ། གཞན་དེ་
 རྣམས་ནི་ངས་དྲུབ་པ་མ་དེད་སྤྱི་བ་དྲུབ་པ་ཡིན་མི་ཤེས་ཟེར། སྤྱི་བ་ཆེན་ཀྱིས་ཁབ་
 ཆོག་ས་འགའ་དེ་དངོས་གནས་སྤྱི་བ་ཀྱི་དུས་དྲུབ་པ་ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་རྣམས་
 བྱི་ངས་དྲུབ་པ་ཡིན་པས་ལེགས་པར་ཤེས་སོང་། དེ་ཆེ་དེ་ན་གྲུ་བ་ཨོ་རྒྱུན་སྤྱི་བས་
 ཡོད་དེ་དེས་ཀྱང་ཐོས་ཟེར་བས་དེ་ལ་དྲིས་པས་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་དྲུབ་ཤིང་། ཟོག་རྣམས་
 ཀྱི་ཁྱོད་ན་རྟོལ་མཛོལ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་འང་ངོས་ཟིན་ཏེ། འདི་འོ་སྤྱི་བ་དོག་དེ་གནའ་ནི་
 བྱག་པོ་མཛེས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ད་ནི་སེར་པོ་མི་མཛེས་པ་ཞིག་དེད་འདུག་ཟེར།
 ཡང་མ་ལ་སྤྱི་བས་གཅིག་ང་ཟོག་ལྟས་ཀྱི་མཐའ་ན་ཁང་པ་རྒྱུ་ཅུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
 མཚམས་ལ་སྤྱོད་པ་ན་ཁང་ཐོག་ཏུ་མཛོལ་ཞིག་འོང་བ་ལ་ཤེར་ལྟ་བུ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་
 མཛོལ་པར་ལ་འདེད་དུ་སོང་ཞེས་ང་ལ་བོས་སོང་ཟེར་བ་ལ། མས་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་
 ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ།

ཉིན་གཅིག་ཨ་སྤྱི་དགོན་པའི་སྤྱི་མ་ལུན་ཆོག་ས་དང་བྱིས་པ་དང་དེད་གསུམ་
 མཉམ་དུ་སོང་། སྤྱི་མ་ལུན་ཆོག་ས་སྤྱི་བ་ཨ་སྤྱི་དགོན་པའི་འདུ་ཁང་བཞེངས་པའི་
 ཆོན་དེའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་ང་ཆོལ་སར་འབུལ་སྤྱད་དུ་འོང་བྱོང་། དེད་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་བརྒྱ་
 བྱས་པས་ལུན་ཆོག་ས་ཀྱིས་སྤྱི་བ་དཔག་པོ་བསྟན་དུ་འོང་བ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་དྲུབ་ཡོད་ས་
 དེ་ད་ལྟའི་ཡོད་ས་དེ་ཨ་འདྲེ་ཅེས་ཟེར་བ་ལ་བྱིས་པས་མ་དེད། ཡ་གི་རྟོ་ལུང་ཞིག་
 ཡོད་ས་དེ་དེད་ཟེར་ཏེ་དངོས་གནས་དེ་ག་རང་ཡིན། དེ་མིན་མི་ཐོག་མང་པོ་ཞིག་གི་
 རྟོན་ཀྱི་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་རྒྱུ་རྣམས་མ་ལ་བཤད་སོང་ཡང་ངས་ཞིབ་པར་མ་མཉམ་ཞེས་
 ཟེར་རོ།

འདྲ་སྤྱི་དེ་ཀྱིས་བཤད་པ། བྱིས་པས་ང་ལ། ཨ་ཅེ། སྤྱི་བ་ནི་ཁྱོད་ལས་ང་ཆེན་དེ་ནི་



ཁྱོད་ཆེ་འདུག་མྱེ་མཚར་པོ་རེད་ཟེར། ཡང་ཉིན་པའི་ལྷ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་རེད་གཉིས་
 ཟླ་འདི་དུ་སྐང་བ་ན་ས་མུང་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་སྐང་ནས་འདི་ངའི་སྐར་གྱི་མཚམས་
 ཁང་གི་ཤུལ་རེད། ད་ནི་འདི་ལྟར་དུ་སྐར་འདུག་ཟེར། ཁོང་མཚམས་ལ་སྟོང་པའི་ཆོ་
 བ་ང་ད་དུང་དེར་སྐང་མེད་པས་བདེན་པ་ཨེ་ཡིན་མ་གཤམ་པས་བྱིས་མི་དག་ལ་དྲིས་
 པས་དེ་ག་རེད་ཟེར། ཨ་ཙེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཨ་མ་ལ་གཡོག་ལེགས་པོ་བྱས་འདུག་པས་
 ཁྱོད་ཤིན་ཏུ་བཟང་སྟེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། ད་དུང་ཨ་མས་ཁྱོད་ལ་འཛིན་གཉིས་འདུག་པ་
 ལ་ཟེར། ཨ་མ་ལ་ལྷག་པར་དུ་དགའ་སྟེ་སྐར་ཆེན་དང་རེད་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་
 དགའ་ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་ཉལ་ཆས་དང་གྲུ་མ་ཙེ་ངོས་འཛིན་བྱས་ཚུལ་དང་རྟོལ་
 མཛོང་གེས་ཚུལ་དག་གོང་དུ་སྐར་ཆེན་གྱིས་བཤད་པ་ཇི་བཞིན་དུ་བཤད་དོ། །

མདོ་གོང་མའི་གྲུ་བ་གྱུ་གྱི་ཞེས་པས་སྐྱས་པ། དྱིས་པ་འདི་གར་འོང་ནས་ཉིན་འགའ་
 ཞིག་གི་རྗེས་སུ་དྱིས་པས་ང་མཐོང་བ་དང་བརྒྱུགས་ཏེ་ཨ་ཕྱིའི་རྩ་བར་སྐད་ཆ་འགའ་
 ཞིག་ཤུབ་ཤུབ་དུ་བཤད་པ་དང་། ཨ་ཕྱིས་རེད་ཅག་ལ་འདིས་གྲུ་བ་འདི་ཨ་པོ་གྱུ་གྱི་
 རེད་ཅེས་ཟེར་བར་འདུག་སྟེ་ཨེ་རེད་ཅེས་ཟེར་བས་ང་ཇེས་པར་ངོས་ཟིན་སོང་། དེ་
 རྗེས་ཡི་གེ་སྐྱང་སྐབས་ངའི་དུང་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་བསྟན་པས་དེ་སྐབས་ངས་
 གནས་ཚུལ་མང་པོ་དྲིས་ཀྱང་གཅིག་ཀྱང་བཤད་རོགས་བྱས་མ་སོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །

འདུག་སྟེས་གྱི་ཤ་ཉེས་སྐྱས་པ། དྱིས་པ་འབྱོར་པའི་ཉིན་གསུམ་པ་དེར་ང་ཆོས་ཚུ་
 ཁང་གོས་བརྒྱ་བ་ན་དེར་བྱུང་། ང་ཆོས་དགོན་པ་ལ་ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་འཆམ་རྒྱ་ཨེ་
 ཡོད་ཟེར། འཛམ་གླིང་ཞེས་པ་གོ་སར་གྱི་རྩམ་ཐར་ལ་ཟེར། འཆམ་རྒྱ་ཡོད། འོ་ན་
 འཛམ་གླིང་འཆམ་མཁན་སུ་ཡིན་ཟེར། སྐར་འཛམ་གླིང་འཆམ་མཁན་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་
 ཨེ་གེས་ཞེས་དྲིས་ཆོ། བསམ་སྒོ་ཚུང་ཟད་བདང་ནས། འོ་སྐར་ལེགས་སྐྱབ་རེད་
 ཟེར། འོ་ན་ལེགས་སྐྱབ་ཅེས་པ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན། མགོ་དཀར་པོ་གཟུགས་རིང་པོ་

ཅན་ཞིག་ཡིན། བསྟན་འཛིན་དང་རྒྱལ་དང་ལེགས་སྒྱུ་བ་དང་དེད་གསུམ་པོ་དག་
སྒྲོང་མཉམ་དུ་ཁྱས་པའི་ཆོས་གོས་གཅིག་ཞབས་ཡིན་ཟེར་ཏེ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ངོས་
ཟིན་པོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ལྷ་མ་སྟན་ཆོག་ས་ཀྱིས་བཤད་པ། བྱིས་པའི་སྐྱེ་བ་ལྟ་མ་དེས་ང་ལ་ཨ་ཁང་ཟེར་ཏེ་ང་
ཆོ་ཉེ་ས་ཞིག་ཡིན། སྐྱེ་བ་བྱི་མ་དེས་ཀྱང་ང་ལ་ཨ་ཁང་ཟེར་བར་འདུག བྱིས་ད་ལྟའི་
སྐྱེ་བ་དེས་ང་ཐོག་མར་མཐོང་བ་ན་མ་རྣ་ལོ་ལ་པ་གི་འདི་ཨ་ཁང་སྟན་ཆོག་ས་ཡིན་
ཅེས་སྒྲུས་འདུག ཉིན་གཅིག་ངས་སྐར་ཆེན་ལ་སྐར་གྱི་མཆོར་ས་བྱིས་པ་ན་བྱིས་
པས་དེའི་བར་ནས་ལན་རིམ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་བཏབ་པོང་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དག་དབང་གིས་སྒྲུས་པ། ང་ལ་སྟོན་ལུགས་རྟ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་སྐྱེ་བ་ལྟ་མ་སྒྱུ་བ་བསྟན་
སྒྲོ་འཕེལ་གྱིས་བཅག བྱིས་འཛིག་ས་མེད་སྒྱུ་བ་བསྟན་མདོ་གོང་མ་དགོན་དུ་བསྐྱས་
ནས་བྱུང་བ་ན། ང་ལ་སྐར་ངས་ཁྱོད་གྱི་ལུགས་རྟ་བཅག་ཀྱང་ཁྱོད་བྱིས་པ་ལ་འཛིང་
མ་པོང་། ལུགས་རྟ་བཅག་ས་དེ་འདི་ཡིད་ཅེས་ས་དེ་ག་མ་ནོར་བར་བསྟན་བྱུང་ཞེས་
ཟེར་རོ། །འདི་འདྲ་བའི་ལོ་རྒྱུས་གཞན་ཡང་མང་པོ་འདུག་གོ། །

དེ་ནས་འཛིག་ས་མེད་སྒྱུ་བ་བསྟན་གྱི་ཨ་བྱི་དང་ཨ་ནེ་ཁང་པོ་ཆོ་འདིའི་མ་དང་པོར་ང་
ཉིད་སོགས་མགོ་ལོག་རྟ་བོར་ན་ཡོད་པས་དེར་པོང་། འཛིག་ས་མེད་སྒྱུ་བ་བསྟན་
རྒྱུད་ཅུའི་དུས་ནས་ཨ་བྱིས་པ་སྐྱུངས་པ་ཡིན་པས་ཨ་བྱི་ལ་རྒྱས་མང་འཆེ། སྐྱོད་མ་
ལ་ཆ་རྒྱས་ཆེར་མི་འདུག དེས་ན་ཨ་བྱི་ལ་བྱིས་པས་དེས་བཤད་པ། སྐྱིར་བྱིས་པ་
རྒྱུད་ཅུའི་དུས་སུ་སྐྱེ་བྱིའི་སྐྱེ་བ་དུག་རྗེས་སུ་བར་འདུག་སྟེ། ཁོ་སྐྱུ་བས་དང་
འཛིན་ཐང་གི་མི་ཡིན་ཚུལ་དང་། ཤོག་སྒོར་དང་འབྲུལ་ཆས་རྣམས་མ་དར་བའི་
སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། བྱིས་པ་ཆོས་དབྱིངས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་སྐྱེ་བ་



མཉམ་དུ་སྒྲངས་ཚུལ་སྟགས་མང་པོ་བཤད་དེ་ཡུང་སྒྱུ་དགོན་པའི་རྣམ་ཐར་འཆམ་
 མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་ཏེ། བྱིས་པ་རྒྱུད་ཀྱི་དུས་སུ་དེར་སོང་ནས་རྣམ་ཐར་འབྲལ་
 རྟོན་པ་བྱས་པས་དེའི་ཆོན་བཤད་པ་ཡིན། སྒྱུ་བ་དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཆེས་གསལ་
 བ་དེ་ཐུབ་བཅུན་སྒོ་འཕེལ་གྱི་སྒྱུ་བ་དེ་རེད། དེ་ཡང་རྒྱུད་ཀྱི་དུས་ནས་ངའི་ཨ་མའི་
 མིང་ལ་རྣ་འོང་ཞེས་ཟེར། ང་མདོ་གོང་མ་ནས་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། ཅུང་མའི་ནང་
 བས་ཅུང་མོ་བྱེད་པ་ན་འདྲ་ཅུང་དོ་མང་པོ་བསྒྲིགས་ཏེ་འདི་མདོ་གོང་མའི་ཁང་པ་
 ཡིན། འདི་ཨ་མ་རྣ་འོང་ཆང་གི་ཟོག་ཡིན་སྟགས་ཟེར། དོ་གསུམ་གྱིས་སྒྱེད་པ་བྱས་
 པའི་ལྷེད་དུ་ལྷོ་ལེབ་ཆེན་པོ་རའི་ནང་དུ་ས་སྒྲགས་ཏེ་ར་སྒོལ་ཁུལ་བྱས་ནས་དེ་དོ་
 ལེབ་སོ་སོའི་ནང་དུ་ཅུང་ཟད་རེ་སྒྲགས་ནས་འདི་ཨ་མ་རྣ་འོང་གི་སྒྲལ་བ་ཡིན། འདི་
 ང་རང་གི་སྒྲལ་བ་ཡིན་སྟགས་རྒྱུན་དུ་མདོ་གོང་མ་དང་ཨ་མ་རྣ་འོང་པོ་རྒྱས་རྣམས་
 བཤད།

ཨ་མ་དེ་དང་ཁང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱིས་པས་གཏམ་སྒྱུ་ཤེས་པ་ཙམ་ན་དངོས་པོ་གང་
 ཞིག་མཐོང་ཡང་ཐམས་ཅད་ལ་ཨ་མ་རྣ་འོང་ཟེར། ང་ཆོས་བྱིས་པས་དངོས་པོ་
 རྣམས་ལ་མིང་འདོགས་ལུགས་གིག་ཡིན་འདུག་སྟུང་ཡང་བྱིས་སུ་ངའི་ཨ་མའི་མིང་
 ལ་རྣ་འོང་ཟེར་ཞེས་སྒྱུ་མའི་མིང་གི་ཡིག་འབྲུ་བྱི་མ་དེ་འོང་ངམ་ཡོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཟེར་
 ཏེ། རྗེས་སུ་བལྟས་ཆོ་སྒྱུ་ཅུང་ཟད་མི་དག་པ་ཞིག་རེད་འདུག་གཏམ་སྒྱུ་ཤེས་ཙམ་
 བས་བྱིས་པའི་གཏམ་གྱི་ཁྲོད་ན་པད་མ་ན་གྲགས་པའི་མགོ་སྐད་དེའི་ཆོག་འབྲུ་རེ་
 ཟུང་འདྲེས་ཡོད་ཅེས་ཟེར་རོ།

ད་ལྟའི་སྒྱེད་མ་ལྟ་སྒྲོན་གྱིས་བཤད་པ། བྱིས་པ་ལོ་བཞིའི་ལྷིང་ཁོ་སྒྲུབས་ཐུགས་རྗེ་
 ཆེན་པོ་མཇལ་དུ་སོང་ནས་བྱིར་ལམ་མདོ་གོང་མ་ལ་འབྱོར་སྐབས་ཁོའི་མ་དང་
 ཁྱིམ་འདི་ན་ཡོད་པས་འདི་ནས་རྒྱངས་འཁོར་ལས་འབབ་དགོས་ཟེར་ནས་སྒྲ་རགས་

[illegible]

མཇུག་མཐར་འཛིག་མེད་ཐུབ་བརྟན་རང་ཉིད་ལ་དྲིམ། ཁོང་ད་ལོ་ལོ་བརྟུ་བཞི་
ཟིན། དབང་པོ་གང་ལ་འད་སྒྲོན་མེད་ཅིང་རྣམ་ཤིག་བརྟུ་ཞིང་སྒྲོབ་གཉེར་ལ་དགའ་
བ་ཞིག་ཏུ་འདུག། ཁོང་གིས་བཤད་པ། སྤྱིར་ལོ་རྒྱུ་ཟད་ཆེ་བ་ན་ལང་ལོང་ཅམ་མ་
གཏོགས་མི་དྲན་ལ། ཟུང་པར་དུ་ད་ལྟ་ནི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འདི་དོན་གང་ཡང་མི་དྲན། སྤར་
ནི་གསལ་ལོར་དྲན། སྤར་དྲན་བའི་དུས་སུ་གཞན་དག་གིས་དྲིས་ཏེ་ལན་བཏབ་བ་
ན་མས་ནི་ད་ལྟ་འདི་ཤིག་སྤར་བ་ཞིག་དྲན། སྤབས་དེར་མི་མང་པོས་ཉམས་སྐད་བ་
ཐུང་ཞིང་ཡལ་ཆེར་ལ་ལན་གྲང་བཏབ། འོན་ཀྱང་དེ་རྣམས་ལས་མང་ཆེ་བ་ཞིག་
བརྗོད་པར་ཐུར་ཕྱིན་འདུག་ཟེར། ད་ལྟ་དྲན་བ་རྣམས་བཤད་དུ་བརྟུག་པས་ཐུགས་
ཆེན་ལ་འགོ་ཆེ་དང་ནད་སྟོན་དུ་བད་མ་ལ་འགོ་ཆེ་ཡར་མར་གྱི་ལམ་ནས་སྐད་
ཁང་བ་དང་མི་དག་པོས་འཛོལ་བྱས་བ་དང་། བདག་པོ་བྱེད་དུ་ཐུང་བ་ན་མི་དོ་ཤེས་



བ་དང་། མདོ་གོང་མར་ཁྱིན་རྩེས་སུ་ཁྱིམ་ནས་གོས་སོགས་ངོ་ཤེས་པ་ལ་སོགས་ཏེ་
 མ་བརྟེན་པ་རྣམས་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་དག་དང་གཅིག་པ་ཁོ་ནར་བྱུང་། འགའ་
 ཞིག་ནི་བརྟེན་ནས་འདུག་གོ། དེ་ནས་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་འགའ་
 ཞིག་དེས་པས་ཁོང་གིས་བཤད་པ། རྒྱུ་དེ་དུས་སུ་རྒྱན་པར་པད་མ་ལ་འགྲོ་བར་
 འདོད་དེ། འཁོར་ལྷོགས་རྒྱུ་དེ་འཁོར་དུ་བཟད་ནས་ངས་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་ཁ་ལོ་
 པ་བྱས་ཏེ་པད་མ་ལ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཁུལ་བྱེད། ཐུགས་ཆེན་ནས་ཡར་འོང་བའི་ལམ་
 བར་ནས་མདོ་གོང་མར་འགྱོར་བ་ན་རྒྱངས་འཁོར་ལས་མཆོང་གྲུབས་བྱས། ཁ་
 གྲག་ཤེས་པ་ནས་མགོ་སྐད་ཨོ་ཤེས་བལྟས་ཏེ། རྩེས་སུ་མདོ་གོང་མར་འགྲོ་བ་ན་
 དུས་བྱུང་ཅུང་ཆུང་གི་སྐད་དེ་མགོ་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བྱས་པ་བྱུང་། མདོ་གོང་མའི་མི་
 རྣམས་དང་དག་བྱེད་དུ་འོང་བ་ན། དེ་རྣམས་བྱུང་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་ཐོས་པ་ན་འང་ང་
 བསུ་བར་འོང་བ་ཡིན་རྒྱུ་རེད་སྟེ། རྣམ་གཤིན་ཏུ་དགའ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་མི་
 གསུམ་ངོ་ཤེས་ཏེ། ཐུབ་བསྟན་རྒྱ་མཆོད་ང་ཨ་པ་སྐར་ཆེན་དང་དགོ་སྒྲོལ་ཚུལ་པོ་
 བཅས་རེད། ཨ་མ་དང་དང་པོ་ཐུག་དུས་སེམས་སྒྲོ་བ་ཞིག་བྱུང་གཞན་རྣམས་དང་
 འབྲུད་པ་ན་སེམས་དགའ་བ་ལས་གཞན་མི་འདུག་ མི་རྣམས་ངོ་ཤེས་པ་ན་དཔེར་ན་
 རྩོན་ལོ་དུག་བདུན་གྱི་དུས་སུ་མི་ཞིག་ངོ་ཤེས་པ་ད་ལྟ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། མི་
 རྣམས་དང་འབྲུད་པ་ན་རྩོན་ངོ་ཤེས་མི་ཤེས་དང་ཉེ་ས་ཡིན་མིན་སོགས་སེམས་ལ་
 གོ་འོང་རྒྱ་ཞིག་འདུག་སྟེ། དེད་ཅག་པད་མ་ནས་ཡར་འོང་བ་ན་མདོ་གོང་མ་ནས་
 བྱུང་མེད་འགའ་ཞིག་གིས་ཉམས་བརྟགས་ཏེ། དེའི་ནང་ན་རིག་མ་ཞེས་པ་ཞིག་
 འདུག་པ་དེས་ང་ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་མ་ཡིན་ཟེར་ཡང་ཨ་མ་མ་རེད་སྟེ། རྣམ་དུ་ཤེས་པས་ཁྱོད་མ་
 རེད་ཅེས་སྒྲིམ། རྩོན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་མཐོང་བ་ན་མཐོང་བྱོང་བྱོང་ལྟ་བུ་དང་རང་
 གི་ཡིན་ན་འདི་ངའི་རེད་སྟེ། རྣམ་པ་ཤེས་རྒྱུ་འདུག་ རྒྱུ་དེ་དུས་སུ་ད་ལྟའི་མ་ལས་

ཀྱང་ལྟར་གྱི་ལ་མ་རྣ་འོ་ལ་དགའ་བར་འདུག ད་ལྟ་འདྲ་མཉམ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ཉེ་
ས་རྣམས་ཀྱང་རང་དང་རྟག་ཏུ་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྤོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་ལྟག་པར་དུ་
དགའ་བ་མ་གཏོགས་གཞན་རྣམས་སྟོན་དང་ད་ལྟའི་ཉེ་འབྲེལ་ལ་དགའ་མི་དགའ་
འདྲ་མཉམ་རེད། བ་ནི་ཆེ་འདིའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་འགྲོགས་ལུན་ཅུང་ཟད་རིང་བས་ད་
ལྟའང་ཡ་དངོས་དང་ཁྱད་པར་མི་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་འཛིགས་མེད་ཐུབ་བསྟན་གྱིས་སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་དབྱེ་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་
ཐུང་ནས་ལུན་རིང་ལོན་པའི་དབང་གིས་རེད་གྱིས་དངོས་སུ་ཆོད་བཞུ་བྱ་རྒྱུ་མ་ཐུང་
མོད། དེ་ལྟ་ན་འང་གནད་གང་ཆེའི་སྟེང་དུ་ཡིད་ཆོན་དུ་རུང་བའི་མི་དུ་མའི་སྐད་ཆ་
བསྟུན་ཤིང་ཡན་ཚུན་བསྟར་ནས་སྟོ་སྟར་ཡོད་མེད་དང་། སྟོ་སྟར་འབྱུང་ཉེ་བའི་རྒྱ་
མཚན་ཡོད་མེད་སོགས་ལེགས་པར་བརྟགས་པས་ཐོགས་གཉིས་ཆར་ལའང་
དམིགས་ལུལ་གཞན་པ་དང་རྒྱ་མཚན་གཞན་པ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་སྟེ། བྱིམ་ཆང་
གཉིས་ལ་ནི་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པར་མ་ཟད་ཐན་ཚུན་ངོ་ཡང་མི་ཤེས།
སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་ཐུབ་བསྟན་སྟོ་འཕེལ་ཡང་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་ཡང་སྤྱིད་ཡིན་ཞེས་པ་སྐར་ཆེན་
ལ་སྒྲ་སྒྲུབ་འགའ་རེས་གསུངས་སྟེང་བ་ཙམ་ལས་ཕྱི་རོལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་སྟོབས་
འབྱོར་སྟན་གྲགས་ཅི་ཡང་མི་འདུག ད་ལྟའི་བྱིས་པ་འཛིགས་མེད་ཐུབ་བསྟན་གྱི་
བྱིམ་ཡང་དམངས་དགུས་མ་ཞིག་ལས་དམིགས་བསལ་བ་ཅི་ཡང་མི་འདུག དེས་ན་
ཐོགས་གཉིས་ཆར་ལའང་དམིགས་ལུལ་གཞན་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། རོན་རེ་རེའི་སྟེང་
དུའང་མི་མང་པོས་སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་གཅིག་གྱུར་དུ་བྱུང་
ཞིང་། ཁྱད་པར་དུའང་ཐུབ་བསྟན་སྟོ་འཕེལ་གྱི་པས་ལུན་རིང་པོའི་བར་དུ་དང་ལེན་
མ་བྱས། བྱིས་སུ་རྒྱ་མཚན་དུ་མས་ཁས་ལེན་མི་བྱ་ག་མེད་ཐུང་ནས་ད་གདོད་དང་



ཡེན་བྱས་པ་ཡིན། མདོ་གོང་མའི་སྒྲ་གྲ་དང་སྒྲ་གྲི་ཉེ་འབྲེལ་དང་ཡུལ་མི་པལ་
 པ་ཚུན་ཆད་གྱིས་ཀྱང་བརྟག་དབྱུང་སྒྲ་ཚོགས་པ་བྱས་ཏེ་སྒྲ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཡིད་
 ཆས་ཡང་དག་པ་རྟེན་པ་ཡིན་འདུག་སྟེ། ཁོང་ཅག་གིས་བཤད་པ། འདི་དང་པོ་ནས་
 ད་ཆོད་ཐུབ་བརྟན་སྟོ་འཕེལ་ཤེད་ཅེས་སྒྲ་མ་དག་གིས་དོས་འཛིན་བྱས་པ་མ་ཡིན་
 པར་ཁོ་རང་གིས་ང་ཡིན་ཞེས་ཚུར་སྒྲས་པ་ཤེད། དེ་ལ་ཡིན་པེས་གྱི་རྒྱ་མཚན་སྟོབས་
 ལུན་ཞིག་མེད་ན་ད་ཆོས་ཀྱང་རང་མགོ་རང་གིས་གཡོག་དོན་ག་ལ་ཡོད་ཟེར་ཏེ་
 བདེན་གཏམ་ཁོན་ཤེད་སྒྲ་མ་དུ་སེམས་སོ། །

འདི་སྒྲ་སྟེ་པ་སྒྲ་ཕྱི་དུན་པ་ནི་བོད་གཅིག་སྤྱ་མ་ཡིན་པར་འཛམ་སྤྱི་དགོན་གི་ས་ཆ་
 གང་དུ་འདེད། དུས་ཀྱང་དེང་སང་གཅིག་སྤྱ་མ་ཡིན་པར་ལོ་སྟོང་ཐུག་དུ་མའི་སྟོན་
 བས་ཀྱང་ཡོད། གང་ཟག་ཀྱང་སྒྲ་མ་དང་སྒྲུལ་སྒྲུ་ལ་སྟེ་རིགས་བཟང་བ་ཁོན་མ་
 ཡིན་པར་མི་པལ་བ་དག་གི་ནང་ན་འདེད། དེས་ན་ཡོངས་ཁྱབ་གྱི་སྟོན་པ་འཁོར་
 བའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲ་ལ་ཞིག་ཡིན་གྱི་སྟོན་བརྟག་གི་བཤད་སྟོན་ཙམ་ཞིག་མིན།
 ལུབ་ཕྱོགས་གྱི་རིགས་པ་སྒྲ་བ་དག་སྟེ་འགྲོའི་རྣམ་ཤེས་གྱི་རང་བཞིན་དང་སྟེ་འཆིའི་
 རྣམ་གཞག་འདིར་རྒྱས་མངའ་གིན་ཏེ་ཆུང་བ་དང་ཞིབ་འཇུག་ཆད་དུ་མ་ལོང་བའི་
 དབང་གིས་རང་གི་ནང་ཆ་གསལ་པོར་སྟོན་པའི་རྣམ་རྟོག་གི་འཆར་ཚུལ་ཡིག་རིས་
 རྒྱ་བཀོད་པ་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་། རི་སྒྲ་དུ། རང་བཞིན་དག་གི་བཅོས་མེན་དང་།

གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་དོས་པོའི་རང་བཞིན་
 བྱིས་ཀྱང་ཞེ་འདོད་ཙམ་གྱིས་གཞན་དུ་སྒྲུར་ག་ལ་ལུས་ཏེ་ནམ་ཡང་མི་སྟོན་དོ། །
 སྟེ་པ་སྒྲ་ཕྱི་མའོན་སྒྲ་མ་དུ་བྱུང་བ་དང་མ་གྱི་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་གདོས་བཅས་གྱི་
 ལུས་འདི་ལས་ཐོན་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་འགྲོ་བ་འདི་དག་ནི་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་ཆེན་གྱི་འདུ་
 བྱེད་དམ་འགུལ་བསྟོད་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བའི་ལོག་རྟོག་རྟེན་རྒྱལ་དེ་དག་གི་སྟེང་

དུ་རབ་ཏུ་འཛིགས་ཤིང་ཡང་བའི་རྩལ་ཐུན་གྱི་འབར་མདེལ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་ཏེ།
གཞི་རྩའི་ཐོག་ནས་གཏོར་བརྒྱག་ཏུ་བཏང་བ་མ་ཡིན་ནམ།

དེ་ཡང་དངོས་པོ་རང་གི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། དབང་ཤུགས་ཆེ་
ཆུང་དང་ཁ་ཕྱེ་ཡོད་མེད་ཀྱིས་ལྟ་གཤམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོན་ཐོན་གྱི་
ཀླད་ཆེན་ཞིབ་འཇུག་པ་དག་གིས་ནི་སྒྲར་གྱི་དེ་ཁོན་ལྟར་དུ་སྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཡང་
ཤེས་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲེབ་པ་སྒྲུབ་ཕྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡོད་པར་བལྟ་བ་འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་ཡང་དག་
གི་ལྟ་བ་རྣམས་པར་དག་པ་སྟེ། ཆོ་འདིར་སྒྲིཊ་ཆོགས་ཡར་རྒྱས་དང་ཕྱི་མ་མངོན་མཐོ་
དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་གོ་འཕང་དམ་པ་འཕོབ་པར་བྱེད་པའི་གཞི་རྩའི་ལྟ་བ་རིན་ཐང་
དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་མོད། དེང་དུས་བོད་ཀྱི་ཤེས་མེད་འགའ་ཞིག་གིས་ཀྱང་ཅན་
དན་སོལ་བར་བྱེད་པར་འདོད་པ་ནི་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་ངན་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ།
དོན་ལ་ནོར་བ་རུམ་པོ་ཆེ་ཞིག་ཡིན་པ་འདི་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པའི་སྒྲོན་ནས་གསལ་
བོར་ཤེས་པ་གལ་ཆེའོ་ཞེས་པ་ནི་ཞར་བྱུང་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་བོད་རབ་རྒྱན་ཆུ་རྟ་ལོའི་དབྱར་ལྷ་ཐ་རྒྱུད་གི་ཆོས་བརྩུ་ལ་གསེར་ལྗོངས་སྒྲུ་མ་
རུང་དུ་རྒྱལ་བེམས་སྒྲོ་གོས་ཀྱིས་ཡིད་རྟོན་མེར་ངེས་སུ་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། །



༡༡། །ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་བྱང་པ་བསྟོན་མེད་སྤྱིད་པའི་
རང་གཤིས་ཞེས་བྱ་བ།

ཐོན་པ་མཉམ་མེད་ཤུགས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཐུག་འཚལ་ལོ། །
འདི་ལ་འདིར་སྐྱེ་བ་ལྔ་ཕྱིའི་རྣམ་གཞག་རྩེ་ཟད་བརྗོད་པ་ལ། དེའི་རང་བཞིན་
མདོར་བསྟུས་སུ་བསྟན་པ་དང་། ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་བྱིས་པ་གཉིས་ཀྱི་
དཔེ་བརྗོད་རྒྱས་པར་བཤད་པ། རང་གི་བསམ་ཚུལ་བརྗོད་པའི་སྟོན་མཁུག་བསྟུ་
བའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་ལྟེ།

དང་པོ་སྐྱེ་བ་ལྔ་མ་ནས་ཕྱི་མར་འོང་ཚུལ།

སྐྱེ་བ་ལྔ་ཕྱི་ཞེས་པ་འདི་ཐ་ན་གྲོག་སྐྱར་ཡན་ཆད་ཐམས་ཅད་ལ་མེད་པ་གཅིག་གྱང་
མེད། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་འཆི་བ་ན་རྣམ་ཤེས་རིམ་གྱིས་འགགས་ནས་མཐར་
བརྒྱལ་ཏེ་འགོ་དེ་ནས་བརྒྱལ་དེ་སངས་བ་ན་རིམ་གྱིས་སྐྱ་མའི་ལུས་དང་བྲལ་ནས་
ཡིད་ཀྱི་ལུས་ཤིག་གོང་ངེར་སྐྱེས། ལུས་དེ་ལ་རྣམ་ཤེས་བརྟེན་ནས་མི་ལམ་མིས་པ་
བཞིན་དུ་འབྱུངས་ནས་འགོ་སྟེ། བར་སྐྱབས་འདིར་སྐྱང་བ་བཟང་ངན་སྟོ་ཆོགས་པ་
ཞིག་གྱང་འཆར། དེ་ནས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་གནས་སུ་སོང་ནས་ལུས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་བ་ལྔ་མ་དྲན་ཚུལ།

སྐྱེ་བ་ལྔ་མ་ནས་ཕྱི་མར་འོང་བ་ན་མའི་མངལ་ནས་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་བརྒྱལ་ཏེ་
འདུག དེའི་དབང་གིས་མི་ལལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གིས་ཐོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བརྗོད་དེ་
འགོ་འོན་གྱང་ཉུང་ཤས་ཤིག་གིས་མ་བརྗོད་པར་གསལ་བར་དྲན་པ་དང་། རྩེ་
ཟད་དྲན་པ་འང་ཡོད། དྲན་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་སྟོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དྲན་པ་དང་།

སྐྱེས་ཐོབ་བམ་རང་བཞིན་གྱིས་དྲན་པ་དང་། ལས་བཟང་པོ་བསགས་པའི་སྟོབས་
 གྱིས་དྲན་པ་བཅས་ཡོད། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མཉམ་མེད་
 ལྷ་ལྷའི་རྒྱལ་པོས་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་སྐྱེ་བ་དྲན་པ་ཡོད་ཚུལ་ཁྱར་ནས་གསལ་བར་
 གསུངས་ཟེན་ལ། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་གི་ཤར་དང་རྒྱབ་གཉིས་ཆར་ན་དྲན་མཁན་གིན་
 ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པ་རིམ་གྱིས་ཤེས་བཞིན་པ་ཡིན། ཨ་མེ་རི་ཁའི་མཐོ་རིམ་སློབ་གྲྭ་
 བེར་ཅུ་ནེ་ཡའི་དགོ་ཀན་ཆེན་མོ་རབ་འབྲམས་པ་ནི་ཐུས་ལྷན་ཅེན་Dr.Lan Ste-
 venson གྱིས་མི་ལོ་སྐུམ་ཅུ་ལྷག་ཅིག་གི་རིང་ལ་འཛམ་གླིང་གི་ས་ཕྱོགས་སོ་སོར་
 མོང་ནས་སྟོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་མཁན་གྱི་མི་ཉིས་སྟོད་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་བསྐྱེས་ཏེ་
 ཞིབ་འཇུག་བྱས། འོན་ཀྱང་སྟོན་གནས་དྲན་མཁན་དེ་རྣམས་ལས་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་
 གིས་ལོ་བདུན་བརྒྱད་ཡན་ཆད་ནས་རིམ་གྱིས་བརྗོད་འགྲོ་བར་འདུག་གོ།

གསུམ་པ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་ཁས་མི་ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོར་བར་བསྟན་བ།
 འགའ་ཞིག་གིས་དེར་རབས་ཀྱི་ཚན་རིག་གིས་མ་གྲུབ་བར་དུ་ཁས་མི་ལེན་ཟེར།
 འོན་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་པའི་མི་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་ཚན་
 རིག་ཅིག་དགོས་དོན་ཅུ་བ་ནས་མེད། གལ་ཏེ་ཅིས་ཀྱང་དགོས་ཟེར་ན། སྤྱིར་ཚན་
 རིག་གིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤེས་མི་རུས་ལ། ཟུང་པར་དུ་ད་ཡོད་ཀྱི་དེར་རབས་
 ཚན་རིག་འདི་ཙམ་གྱིས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཤེས་མི་རུས་ལ། ཐམས་ཀྱི་གསང་བ་
 ཟབ་མོ་རྣམས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཤེས་མི་རུས། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཚན་རིག་གིས་ཤེས་
 རུས་པར་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན། ཚན་རིག་གིས་ཤེས་མ་རུས་
 པ་ཐམས་ཅད་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་ཚན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདོད་མི་རུས་པས་དེ་
 འདུའི་གཏམ་སྒྲུབ་པ་དེ་གཅིག་ནས་རང་ཉིད་སློ་གྲོས་རྒྱ་རྒྱུད་བ་དང་། གཉིས་ནས་



ཆོན་རིག་ལ་རྒྱས་མེད་པ་དང་། གསུམ་ནས་ལུ་ཚུགས་ཀྱི་གདམ་ཡིན་པས་སྤྱིང་པོ་ཅི་
ཡང་མེད་དོ། །

བཞི་པ་སྐྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཡོད་པར་མ་ཤེས་པ་དང་ཤེས་པའི་སྒྲོན་ཡོན།

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྐྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཡོད་པ་འདི་མ་ཤེས་ན། མི་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་
མའི་དོན་དུ་སེམས་ཐོག་ནས་གསྒྲིག་དང་ལུས་ངག་གིས་འབད་པ་གང་ཡང་མི་བྱེད།
སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་མེད་སྐྱམ་ནས་རང་མགོ་རང་གིས་བསྐྱར་རྟེ་ངན་སྒྲོད་སྒྲ་ཆོགས་བྱས་
པས་མི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་དྲང་བདེན་དང་བྱམས་བཅེ་དང་གཞན་ལན་སོགས་མེ་རྟོག་
སད་ཀྱིས་ཁྱེར་བ་བཞིན་དུ་སྒྱུར་རྟེ་སྐྱེ་ཆོགས་ཡོངས་ཚོགས་མ་རབས་དང་གདུགས་
སྒྲོད་ཀྱིས་གང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ནའང་ཆོ་ལྷ་ཕྱི་དེ་མེད་པས་མས་པ་ཙམ་ཀྱིས་
མེད་པར་ནི་མི་འགྱུར་བས་གང་ལྟར་ཡང་ཆོ་ལྷ་ཕྱི་མ་ནི་འབྱུར་བར་འགྱུར་བས། སྐྱེ་བ་
ཕྱི་མའི་དོན་དུ་བསམ་སྒྲོ་ཅི་ཡང་མི་གཏོང་བར་ཆོ་འདིའི་ཟས་གོས་ཙམ་ཀྱི་དོན་དུ་
མི་ཆོ་ཟད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཐུགས་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྤོངས་པ་ཁོ་
ན་ཡིན་ནོ། །ཆོ་འདིར་བདེ་བ་ཙམ་ཀྱིས་ཆོག་སྐྱམ་སྟེ། བྱ་བ་མི་རིགས་པ་མང་པོ་
བྱེད། ཆོ་འདི་ཚོགས་པ་ཙམ་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་མཚུག་ཚོགས་པ་ཡིན་སྐྱམ་ནས་རྒྱུན་
རྒྱུང་དེའི་ཕྱིར་དུའང་རང་སྟོག་གཅོད་པར་བྱེད། གསོན་པོར་འཆོ་བ་ལ་དམིགས་
ལུལ་ཅི་ཡང་མེད་པས་ཤིན་ཏུ་ཡིད་སྒྲོ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་བ་ལྷ་ཕྱི་ཡོད་པ་འདི་
ཤེས་ན་མིག་རྒྱང་རེ་རིང་དུ་འགོ་སློ་རྒྱ་རེ་ཆེར་སོང་སྟེ་སྐྱེ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་རེ་
བཟང་དུ་འགོ་བའི་ཆེད་དུ་འབད་པ་བྱེད་པས་མི་ཆོ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། འདིར་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་ལོ་རྒྱས་འབྲུལ་མེད་གཉིས་ལས་
དང་པོ་ཤེས་རབ་ཐབས་མཁས་ཀྱི་བྱང་པ་ནི། དེ་ཡང་ལུལ་མགོ་ལོག་མ་ཆེན་ཚོང་ར་
རྒྱལ་གྲོང་བརྒལ་སི་རིག་ཆེན་སྟེ་བར་ཐོན་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་བྱིས་པ་གཉིས་

བྱུང་ལྟེ། ལོ་བཅུ་ལྷག་གཅིག་དང་ཉག་མ་འགའ་ཞིག་སོང་། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུས་དེ་
 དག་ཉི་འཁོར་གྱི་མི་རྒྱུད་ཤོས་ཙམ་ལས་གཞན་ཤེས་མཁན་ཡང་ཆེར་མ་བྱུང་ལ།
 མཐོང་ཆེན་བྱེད་མཁན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མ་བྱུང་མོད། དེ་ལྟ་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ནི་བསྐྱེ་
 བསྐྱད་དང་བྲལ་བའི་དོན་གནས་ཀྱི་བྱུང་བ་དངོས་ཤིག་རེད། ཚུལ་འདིར་རེད་ལ་
 དོགས་པ་ལྷན་བྱ་ཙམ་ཡང་མི་འདུག དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པ་རྒྱ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་
 དོགས་པ་ཆོད་པ་ཡིན་གྱི། སྤྱི་བ་ལྟ་བུའི་དེས་ཡིན་པས་དྲན་སྙིང་སྙམ་པ་དང་ཡོད་
 ཅིང་དྲན་པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པའི་ཆོད་འཛིག་དང་འདོད་ཤོགས་བཟུང་བ་རྩ་
 བ་ནས་མིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་འདོད་ཀྱང་མེད། མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་སྒྲོ་བཏགས་པ་
 དང་ཡོད་པ་ལ་མེད་ཅེས་སྒྲུར་བ་བཏབ་ནས་སྤྱི་བའི་ཆོགས་མགོ་སྒྲོར་བའི་སྤྱོད་པ་
 ལག་ལེན་དུ་འདེབས་པ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་བྱེད་མི་འདོད། འོན་ཀྱང་དངོས་པོའི་གནས་
 ཚུལ་ནི་འདི་ག་རང་དུ་འདུག་པས་རང་གིས་ཀྱང་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་བརྟོད་པར་
 འདོད་ཅིང་། གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་
 པའི་བསམ་པ་བཅོས་མིན་དུ་མངའ་བའི་དབང་གིས་དོན་འདི་ཉིད་ཞིབ་པར་རྩད་
 གཅོད་བྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ལབ་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ལོ་རྒྱུས་འདི་འོལ་སྤྱི་ཙམ་ཞིག་སྤར་ནས་ཐོས་ཀྱང་ཞིབ་པར་མ་ཤེས། འདི་
 ལོའི་རྟོར་ལྷ་ལྟ་བུའི་ནང་མགོ་ལོག་རྟོ་བོར་ན་ཡོད་པའི་གསལ་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་བྱིམ་
 ཆང་དེ་གཉིས་སུ་བཏང་ལྟེ། ལོ་རྒྱུས་བདེན་པ་ཡིན་མིན་རགས་ཙམ་རྩད་གཅོད་བྱེད་
 དུ་བཅུག་པས་བདེན་པ་ཡིན་ཆོད་དུ་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ལྷ་དེའི་ཆོས་སུམ་རྩད་
 བྱི་ལྷ་བདུན་པའི་ཆོས་ཉེར་དགྲ་ཉིན་དོན་འདི་དབྱིས་བྱིན་པ་ཞིག་ཤེས་པར་བྱ་བའི་
 བྱིར་དུ་མགོ་ལོག་རྟོ་སོང་། དུག་པའི་ཆོས་གཅིག་གི་ཉིན་གུང་རྟོ་བོར་ལ་འཕྱོར། བྱི་



དེ་འབྲུག་ཐོག་ཏུ་ཕྱིན་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཅད་གཅོད་བྱས་ཏེ། ད་ལྟའི་པ་མ་གཉིས་དང་།
 བྱིས་པ་རང་བཅས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས། དེ་ནས་སྐྱ་མའི་བྱ་དེ་ཐག་རིང་བའི་འབྲུག་
 ཐོག་ན་འདུག་ཀྱང་དེར་བོས་ནས་ཁོ་རང་གི་མཐོང་ཐོས་དང་བསམ་ཚུལ་ལ་རྟོག་
 དཔྱད་བྱས། བྱི་ཉིན་སྐྱ་རྩོམ་ལ་མའི་རྩ་མོ་ལྟ་རིམ་ཞེས་པ་རྟ་བོར་ནས་སྤྱི་ལོ་བདུན་
 ཅུ་ཙམ་ཡོད་པའི་འབྲུག་ཐོག་ན་འདུག་པས་དེར་སོང་ནས་དེ་ལ་འདྲི་ཅད་བྱས། བྱི་
 རྩོམ་སྐྱ་མའི་ཨ་ཙེ་གཞན་ཞིག་སྤྱི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཙམ་གྱིས་ཆོད་པའི་འབྲུག་ཐོག་ན་
 འདུག་པས་དེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་འདྲིས། དེ་ལྟར་དོན་འདིར་རྒྱས་མངའ་གིན་ཏུ་ཡོད་པའི་
 གཙོ་བའི་མི་ལྟ་བུ་བྱིས་པ་རང་དང་བཅས་པ་དུག་ལ་ཞིབ་པར་དྲིས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་
 པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་སྔོན་གནས་དྲན་པའི་བྱིས་པ་འདིའི་མིང་ལ་གེས་རབ་ཐབས་མཁས་ཟེར།
 ད་ལོ་ལོ་བརྒྱ་བཞི་རེད། ལའི་མིང་ལ་མཆོག་ལྟར་དང་མ་ལ་སྐར་མཆོ་ཟེར། བྱིས་པ་
 འདིའི་སྐྱེ་བ་སྐྱ་མ་བྱུང་མེད་དེའི་མིང་ལ་དུང་མོ་མཆོ་ཞེས་ཟེར། མི་ན་མས་གྱིས་དུང་
 རེ་ཞེས་འབོད། ཡོས་ལོ་པ་ཡིན། བག་མར་ཐེངས་གཉིས་སོང་། དང་པོའི་སྐབས་སུ་
 བུ་ཚུལ་ཁྲིམས་བཀྲ་གིས་ཞེས་པ་དེ་སྐྱེས། ཐེངས་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ར་རྒལ་
 གོང་བདལ་གྱི་མ་སྟེང་སྟེ་པ་ཞེས་པར་སོང་། ཁྱོ་བོ་ལ་ལོ་ཐས་ཟེར། དེ་བྱིས་སུ་གིང་
 གཙོད་ས་ནས་གིང་སྟེང་འབྲེལ་བ་མགོ་ལ་ཐོག་པས་དྲན་པ་ཆེར་མི་གསལ་བ་ཞིག་
 ཏུ་གྱུར། ལུ་བཞི་དང་ལུ་མོ་གཉིས་ཏེ་དུག་སྐྱེས། ལོ་སྐུམ་ཅུ་མོ་དགྲར་སོན་པ་ན་
 འཆར་ལྟན་སྐྱེ་གསོའི་བྱིར་དུ་བཤའ་བཅོས་བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འབྲུག་ལོའི་རྩྭ་
 བཞི་པའི་ཆོས་པཅོ་ལྟ་ཉིན་གི་བར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །འཆི་བའི་ཆོན་རང་གི་མིང་པོ་
 ལ་ཁ་ཆེམས་བཞག་སྟེ། ད་རིས་ཀྱི་ནད་འདི་དྲག་ཀྱང་ཐང་ལ་མི་དྲག་ཀྱང་ཐང་།
 གལ་ཏེ་མ་དྲག་ན་ངའི་བུ་ཚུལ་བཀྲ་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་སྐོར་ཉེ་འབྲམ་ན་ཡོད་པས་སྐྱོད་

སྒྲིག་ཅི་འོང་ཁྱེད་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ནས་ཆོ་རྒྱལ་བྱས། དེ་ནས་ལོ་གཅིག་
ལྷག་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་དྲུང་མོ་མཆོའི་མིང་པོའི་ལུ་མོ་སྟེ། མོ་རང་གི་ཆ་མོ་སྐར་མཆོ་
དང་དེའི་ཁྱོ་བོ་མཆོག་ལྷན་ཞེས་པ་དེ་གཉིས་ལ་བྲུ་ཞིག་གཅས། མིང་ལ་ཤེས་རབ་
ཐབས་མཁས་ཞེས་བཏགས། དེ་གཏམ་སྒྲུ་ཤེས་མ་ཐག་པ་ནས་ང་དྲུང་དེ་ཡིན་ཟེར།
སུས་ཀྱང་མ་བཤད་མ་བསྐྱབས་བཞིན་དུ་སྒྲེ་པ་སྒྲེ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་ཞིང་ཞིབ་པ་དག་
འཆད། ཆོ་སྒྲོན་མའི་དུས་ཀྱི་དངོས་བོ་དང་བྲུ་ཐུག་དང་ཁྱོ་བོ་ཉེ་འབྲེལ་རྒྱུ་མས་བདེ་
སྒྲིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་ལ་མ་གཉིས་ཀྱི་བསམ་པ་ལ། རང་གི་
ཁྱིམ་དཔལ་ཞིང་ཆོ་སྒྲེ་མ་བག་མར་ཐྱིན་པའི་ཁྱིམ་དེ་ཐུག་པས་དེ་ཆང་གི་མནའ་མའི་
རྒྱལ་ཤེས་རེད་ཅེས་བསྒྲགས་ན། འོ་ར་རྗེས་ཀྱི་སྐལ་བ་སྒྲོང་བ་ལྟ་བུར་འགྲོ་སྟམ་སྟེ།
ཕྱིར་མ་བཤད། བར་དུ་རང་གི་ཨ་མའི་རྒྱལ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་དེ་བསྟན།
འོན་ཀྱང་བྱིས་པ་རང་གིས་ཆོ་སྒྲེ་མའི་ལུ་སྟགས་ངོས་འཛིན་བྱས་པས་མཐར་ཉེ་
འཁོར་གྱི་མི་རྒྱལ་གྱིས་ཤེས་པར་གྱུར་ལ། ལུ་དང་ཨ་མ་ཅེ་སྟགས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་གི་
མ་དང་རྒྱ་མོ་དེའི་རྒྱལ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཐག་ཆོད་པར་གྱུར་དོ། །

ཐོག་མར་བར་སྟོན་དཔར་ཚུལ་ལ། མ་སྐར་མཆོས་སྒྲུས་པ། བྱིས་པ་རྒྱུང་དུ་གཏམ་སྒྲུ་
ཤེས་ཙམ་ནས་སྒྲེ་པ་སྒྲེ་མའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་དག་སུ་ཀྱང་མ་དྲིས་བཞིན་དུ་སྒྲུ་བར་བྱེད།
དེ་ཡང་ཐོག་མར་ང་ཨ་ཁུ་བཅོན་འགྲུས་ཆང་ལ་འགྲོ་སྟམ་ནས་སོང་ཡང་དེ་ཆང་གིས་
ང་ལ་སྒྲོ་བྱི་མི་འགོག་ཅིང་ཁ་ལན་མི་བྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་ནག་རྟག་གོ་འདུག དེ་
ནས་གཞན་དུ་འགོ་སྐྱོད་མ་རྟོག་པས་འདིར་འོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་མ་དང་དེའི་
ལུ་ད་ལྟའི་ག་ཉེ་གཉིས་ཀྱིས་གཡག་འགའ་ཞིག་དེད་ནས་འོང་གིན་འདུག པས་དེ་
དང་འགོགས་ནས་འོང་བ་ཡིན་ཟེར། གཡག་འགའ་ཞིག་དེད་ཞེས་པ་དེ་ཐེངས་ཅིག་

ཕྱིས་སྤྱང་ཆོ་ར་རྒྱལ་དགོན་དུ་སྒྲོན་ལམ་མཛུགས་པར་སོང་བར། ལོ་པས་དང་འཕྲད།
མཆོག་ལུན་དང་གཉིས་ལོ་པས་སྤྱི་བས་འདུག་ཟེར་བ་ཐོས། ལོ་པས་སྤྱི་བས་འདུག་
ཟེར་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག་ཅེས་སྒྲུ་བའི་སྤྱི་བས་སྤྱི་བས་མ་པས་ཀྱིས་ལོ་པས་ཀྱི་
སྤྱི་བས་ནས་འདུས་ཏེ། ཨ་མ། ལོ་པས་འདི་དང་ཅེས་ཟེར་ནས་ཁྲིད་དེ་འོང་གིན་
འདུག་ འོན་ཀྱང་དང་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་པས་ལ་འདི་དྲུང་དའི་རྒྱམ་གེས་དང་འདུག་
ཅེས་མ་བཤད། ལོ་པས་མགོ་ལ་ཤིང་ཐོང་གིས་བསྐྱབས་པས་དྲན་པ་ཆེར་མི་གསལ་
བཞིག་ཡིན་པས་ཀྱིས་པ་འདི་འོང་གེས་དོན་ཅི་དང་ཅེས་མི་འདྲིའོ།

[illegible]



ཏུ་ཆེན་པོ་བྱེད། ང་ཚོའི་ཚོན་མ་ཞིག་ལ་རྟེན་ཏུ་བྱི་ཐོག་ན་དགར་ཐིག་ཡོད་པ་ཞིག་
བཅས་པས་དེ་ཆེ་བར་གྱུར་པ་ན། ཞོན་ནས་སྤྲུལ་མའི་ཁྱོ་བོའི་པ་དེ་རྒྱས་ལ་ཁོགས་ཡིན་
པས་དེ་ལ་བལྟ་བར་འགྲོ་དགོས་ཞེས་ཟེར། འོན་ཀྱང་རྟ་དེ་ཕྱིས་སྤྲུལ་ནས་གྱིས་
བརྟུངས་ཏེ་གི་དེ་རྗེས་ཡང་རྟེན་ཏུ་གཞན་ཞིག་བཅས་པ་དེ་ཆེ་བ་ན་ནི་ངེས་པར་དུ་དེ་
ཞོན་ནས་བྱིས་ལ་བལྟ་བར་འགྲོ་དགོས་ཟེར། ཕྱིས་རྟེན་དེ་འདྲ་སྤྲུང་གིས་བསད། དེ་
ལྟར་རྟ་གཉིས་པོ་གི་བ་ནས་བཟུང་ཡི་ཆད་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ། སྤོན་གྱི་ལོ་རྒྱས་
ནུམས་ཆེར་མི་འཆད་པར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ།

༥ དེ་ནས་ཐབས་མཁས་ཀྱི་པ་མཆོག་ལྡན་ལ་དྲིས། ཁོས་སྒྲིས་པ། ང་འདི་ཚང་ལ་
མག་པར་འོང་བ་ན། རྱང་དེ་ད་རྱང་གི་མེད་ཀྱང་ཐག་རིང་པོ་ན་ཡོད་པས་ངས་མ་
མཐོང་། ཕྱིས་སྤྲུལ་བ་འདི་བཅས་པ་ན། ང་མི་ཆ་མེད་ཅིག་དུ་བཟུང་ནས་དགའ་
དགའ་ཡེ་མི་བྱེད། ངའི་རུམ་ནས་ཞག་གཅིག་ཀྱང་མི་ཉལ། ངས་པར་དུ་བཟུང་བ་ན་
རྱང་ཟད་ཀྱང་སྤོད་མི་འདོད་དེ་དུ་ཞིང་མའི་སར་ཤོར་ནས་འགྲོ་ང་ལ་པའི་འདུ་གཤིས་
རྱང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག་དེ་ཡན་ཆད་དུ་བྱིས་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དེ་གཉིས་དེ་འདྲ་
ཞིག་ཅ་བ་ནས་མིན། ཕྱིས་པ་རྒྱུང་དུའི་དུས་མས་རྟུང་གུ་བས་བྱེད་པ་ན། ང་ཁྱོད་གྱི་
ཨ་ཁེ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། རྟ་ཁམ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་གྲོས་པོ་ལ་བྱིན་ཡོད་ཟེར་བ་དང་།
ལྟ་རིས་ལ་སྤོད་གོས་སྤུད་དེ་བྱིན་པ་དང་། སྤོན་མཆོད་ང་དེའི་རྒྱས་མོ་གཉིས་ངེད་ལ་
འོང་བ་ན་སྤར་འབྲི་ཞིག་བཅོལ་པ་དེ་ཡོད་དམ་ཞེས་ཟེར་བ་མོགས་ནི་ངས་ཀྱང་
གསལ་བར་གོ་སྟེ་དེ་ཁོན་ལྟར་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ།

༦ དེ་ནས་རྱང་དེ་དང་ཁྱོ་བོ་སྤྲུལ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཁུ་རྒྱལ་བྲིམས་བཀྲ་གིས་ལ་དྲིས་པས་
ཁོས་སྒྲིས་པ། ང་རང་གིས་ཡང་ཡང་བརྟགས་པས་ཐབས་མཁས་ཞེས་པ་འདི་ངའི་
ཨ་མའི་རུམ་གཤིས་ཡིན་ཐག་ཆོད་རེད་སྟུམ་ནས་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་མཆོན་གང་ཞེ་ན།

ཐོག་མར་ངའི་ཨ་ནེ་ལྷ་རིས་དང་སྤྱོད་མཚེ་གཉིས་མཚོག་ལྷན་ཚང་ལ་སོང་བའི་ཆེ་
 ལྷར་འབྲི་ཞིག་བཅོལ་ཡོད་ཚུལ་དང་རྟ་ཁམ་པ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་སོགས་ཇི་མ་ངེ་བཞིན་
 དུ་བཤད་ཡོད་འདུག དེ་རྗེས་ཨ་ནེ་ལྷ་རིས་ཀྱིས་པ་ལ་བྱིས་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་མའི་རྣམ་
 ཤེས་རེད་འདུག་ཅེས་ཟེར། ང་སོང་སྟེ་བྱིས་པ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ཨེ་ཤེས་ཞེས་དྲིས་
 པས་ཁྱོད་མི་ཤེས་ཟེར། འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚུལ་བྲིམས་བཀྲ་ཤིས་ཨེ་ཤེས་ཞེས་དྲིས་
 པས། དེ་ཤེས་ཏེ་ངའི་ཕུ་རེད། གྲུ་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། ང་ལ་བརྟུ་བཞིའི་ཐོག་གྲུ་པ་
 བྱས། ལོ་བརྟུ་དུག་བརྟུ་བརྟུན་ཙམ་ན་སྤྱོད་ཀྱིས་པར་བབས། ལོ་བཅོ་ལྷ་ཙམ་གྱི་
 དུས་སུ་ངའི་མ་གྱི་སོང་བ་རེད། སྐབས་དེར་བྱིས་པ་ཚུང་ཅུ་ཐག་པས་ལུར་བ་ལ་
 བཏགས་ནས་འདུག དེར་ཁོ་ལ་དྲིས་ཏེ། ཁྱོད་ངའི་མ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་ཕུ་ཕུ་མོ་
 གཞན་པ་དུ་ཡོད་ཅེས་སྒྲུས་པས། མཛུབ་མོ་ལ་བགངས་ཏེ། ལྷ་དུག་ཞིག་བཙིས་
 སོང་། ངའི་མ་ལ་ང་མ་བཙིས་པའི་ཕུ་ཕུ་མོ་དུག་ཡོད། དེ་རྗེས་ཐེངས་ཅིག་ངའི་གཉེ་
 ལྷག་ལྷ་ལོར་ཕུ་ཞེས་པ་དེ་རེད་ཚང་ལ་བྱུང་། ངས་ཁོ་ལ་བྱིས་པ་དེ་ང་ཚོའི་མ་ཡིན་
 འདུག རེད་གཉིས་བལྟ་བར་འགྲོ་ཞེས་སྒྲུས་ཏེ་སོང་། དེ་ཉིན་རེད་གཉིས་ལ་སྒྲོར་བ་
 བྱེད་ཅིང་འདུག་པ་ལས་ཅིང་མི་སྤྱ། དེ་རྗེས་ཉིན་ཞིག་ངས་ཁོ་ལ་ལྷ་ཉིན་ངས་བྲིད་དེ་
 འོང་བ་དེ་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཨེ་ཤེས་ཞེས་དྲིས་པས། དེ་སྟག་ལྷ་ལོར་ཕུ་རེད། འོ་ན་
 གྲུང་ལ་ཁ་གྲག་མ་སོང་ཞེས་ཟེར། གཉེ་དེ་ཐག་རིང་ན་ཡོད་པས་དེའི་མིང་བྱིས་
 པ་དེས་ཆེ་འདིར་ཤེས་དོན་མེད། འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བྲིམ་ན་རྟ་ཟོག་ཇི་འདྲ་ཡོད་དྲིས་པས།
 རྟ་ཁམ་པ་ཞིག་ཡོད་ཟེར། རྟ་དེ་ངའི་མ་ཆན་གྱི་བའི་ཕྱི་ལོ་དེར་གྱི་སོང་འདུག དེ་
 བྱིས་པ་དེས་ཤེས་དོན་གཏན་ནས་མེད། དེ་རྗེས་སྐབས་ཤིག་ཁྱོད་ངའི་ཕུ་རེད་ཅེས་
 ཟེར། ང་ལ་ལྷག་པར་དུ་དགལ། ང་གནས་སྐབས་རེར་དེ་ཚང་ལ་མ་སོང་ན། ཁྱོད་



འཇིག་རྟེན་མི་འོང་བར་གང་ཏུ་སོང་། ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར།
 འོན་ཀྱང་དེར་སངས་ལ་དེ་དག་མི་འཆད་པར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །
 དེ་ནས་དྲུང་དེའི་རྒྱ་མོ་ལྷ་རིས་ལ་དྲིས་པས་དེས་སྒྲུབ་པ། འཇིག་ཅི་དེ་ཡོས་ལོ་པ་
 ཡིན། རང་ལོའི་ཐོག་ནས་ནད་མགོ་བརྒྱུད་ནས་འབྱུག་གི་ལོར་གྱི་སོང་།
 དེའི་ཐོན་ནས་ཆོ་ལ་བར་ཆད་ཆེ་བས་མ་གཟབ་ན་རྒྱོག་མི་སྤྱབ་ཅེས་སྒྲུ་མ་ནམས་
 གྱིས་གསུངས་ཡོད། འཆི་བ་ན་ང་དང་ངོ་ཞིག་ཨོ་འཕྲད་ཅེས་རེ་བ་ཆེན་པོ་བྱས།
 འོན་ཀྱང་ངོ་མ་སྤྱག་པར་གྱི་སོང་། དེ་གི་བ་ནས་བརྒྱུད་ཏུག་པར་མི་ལམ་དུ་མིས་ནས་
 འོང་། ང་ཆོ་ལ་ཞེན་ནས་ཡོད་པ་ཨོ་ཡིན་སྟུམ་སྟེ། ཨ་ལགས་པདྨ་གཏུམ་པོ་ལ་དྲིས།
 དེ་ཡང་ཉེ་གནས་གིག་ལ་ནན་འདྲི་དཔེ་མེད་ཅིག་བྱེད་དུ་བརྟུག་པ་ཡིན། ཁོང་གིས་
 ད་ལྟ་མི་ལུས་ལོན་མི་འདུག་ཀྱང་དགོ་འདུན་པའི་འདུ་ཁང་གི་ཀ་རིང་ཞིག་གི་སྒྲིན་
 བདག་བྱས་ན་མི་ལུས་གཙང་མ་ཞིག་འཐོབ། དེ་ཡང་ཉེ་འབྲེལ་ཅིག་ཏུ་སྒྲེ་བར་
 འཇུར་ཞེས་གསུངས། ཀ་རིང་ཞིག་ལ་གོག་སྒྲོར་སྒྲོར་གཅིག་དགོས་པས་དེའི་སྒྲིན་
 བདག་བྱས་པ་ཡིན། དེ་རྗེས་བྱིས་པ་འདི་བཙས་པ་ན་ཁོ་དྲུང་དེའི་རྒྱུ་ཤེས་ཡིན་
 ཟེར་བར་འདུག ང་ཆེས་ཐོག་མར་ངོ་སྤྱག་པ་ན། འཇིག་རྟེན་མོ་ཐོན་བྱུང་ཟེར་ནས་གིན་
 ཏུ་དགལ། ང་རྒྱུངས་འཁོར་ལ་ཞུགས་ཏེ། ར་རྒྱལ་དགོན་པའི་མདུན་གྱི་ནགས་ལམ་
 དེ་ནས་ཡར་འོང། ང་ཆོའི་མིང་པོ་རྒྱུད་པ་བརྩོན་འགྲུས་ཆང་ལ་སོང་ཡང་མི་ཐམས་
 ཅད་ངོ་ནག་རྟོག་གོ་འདུག་སྟེ། ཁ་ལན་མི་བྱེད་པས་གཞན་དུ་འགྲོ་ས་མ་རྟེན་དེ།
 མཆོག་ལྷན་ཆང་ལ་འོང་བ་ཡིན་ཟེར། རང་གི་སྟོད་གོས་རྒྱུང་ཅད་ལྷན་ནས་འཇི་
 རྒྱུ་བ་ཏུ་གཡོགས་ནས། འདི་ཁྱོད་ལ་སྒྲིན། ཁྱོད་ལ་སྤྲུལ་མང། ཁྱོད་ལས་ང་ཆ་རྒྱུན་
 བཟང་ཟེར། ཁོ་རང་གི་ཐོར་བ་དང་ལྷ་མ་རྒྱུ་མས་ཀྱང་ཁྱེད་འོང་ནས་ང་ལ་སྟེར། སྒྲེ་
 བ་སྤྲུ་མའི་དུས་སུ་འང་ཁྱིམ་ཁྱིམ་དུ་འོང་བ་ན། ང་ལ་ཁྱོད་ཆ་རྒྱུན་མེད། བཟང་ཉོག་

[illegible]



ལྷགས་ཐབ་ཅིག་གི་ནང་དུ་འཇུག་པ་སྒྱུར་གྱིན་འདུག་གིས་པས་དཔེ་རྒྱུ་མོ་དེ་ལ།
 ངས་ཁྱོད་ལ་འབྲི་ཞིག་བཙུང་ཡོད་པ་དེ་ད་ལྟ་ཡོད་ཅེས་དང་། དཔེ་རྒྱུ་མཐ་པ་དེ་
 ད་ཡོད་ཅེས་ཟེར། རྒྱུ་མོས། ད་ལྟ་ཡོད། ཁྱོད་ལེན་དུ་ཤོག་དང་སྟེར་ཟེར། རྒྱུ་མོ་
 མ་སྟེར་སྟེ་བ་ཞེས་པའི་ཞིང་ལས་པའི་ནང་དུ་བག་མར་སོང་། དཔེ་རྒྱུ་མོ་དེ་ཐོབ་
 བཤེས་ཞེས་པའི་འབྲོག་པའི་ནང་དུ་ཡོད་པས་འབྲི་དེ་ལ་བཙུང་བ་རེད། རྒྱུ་མཐ་པ་
 དེ་ང་ཚོའི་ཨ་མས་དུང་དེ་བག་མར་འགྲོ་བ་ན་སྐལ་བར་བྱིན་པ་རེད། ད་ལྟ་འདྲ་བྱིས་
 པ་འདི་དཔེ་རྒྱུ་མོ་ཡིན་པས་མས་ཏེ་ཡོད། ཀ་ར་དང་ཤིང་ཏྲག་རྩུང་ཟད་སྟེད་ཆེ་ངས་
 ཁྱིར་ཏེ་ཁོ་ལ་བྱིན་པ་ཡིན། ཁོས་ཀྱང་ག་སོགས་ཟས་བཟང་པོ་རྩུང་ཟད་རེ་ཡོད་ཆེ་
 ང་ལ་ཁྱིར་ནས་འོང། དེ་ལོ་དེད་རྒྱམས་ར་རྒྱལ་དགོན་དུ་ལྟ་མཆོད་མཇུག་དུ་སོང།
 ཐབས་མཁས་ལ་དེ་ཆང་གི་སྒོར་མོ་ལྟ་བྱིན་འདུག་དེ་ལས་སྒོར་གཅིག་དང་སྟེང་ལྟ་
 ལུས་ནས་འདུག་པས། དེ་ང་ལ་བྱིན་ནས། ཁྱོད་ལ་སྒོར་མོ་མི་འདུག་འདིས་བུ་རམ་
 ཞིག་ཉོས་ཏེ། སྒོར་བ་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་ན་ཟོས་ཟེར། ཞེས་ཟེར་རོ། རྒྱུ་མོ་ལྟ་བུ་
 རྒྱུ་ལྟ་བུ་སོན་པ་དེ་མིག་ནས་མཆི་མ་གར་གར་དུ་འོང་བཞིན་བདག་ལ་སྐད་ཆ་དེ་
 དག་བཤད་དོ། །

དེ་ནས་ཤེས་རབ་ཐབས་མཁས་རང་ལ་དྲིས་པས་ཁོས་སྒྲིས་པ། ངས་སྟོན་སྟེ་བ་ལྟ་
 མ་དུན་ཡང་བྱིས་སུ་བྱིས་པ་རྒྱམས་དང་མཉམ་དུ་ཅེད་མོ་བཅེས་ནས་བསྟན་པས་
 བརྟེན་སོང་། ད་ལྟ་སྐབས་སྐབས་སུ་སྟེ་བ་ལྟ་མི་དུས་སུ་ར་མ་འགའ་རེ་ཡོད་པ་
 དང་། རྒྱུ་མཐ་པ་རྒྱང་པ་དཀར་པོ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དག་རྩུང་ཟད་རེ་དུ། དེ་ལས་
 གཞན་པ་རྒྱམས་མི་དུན་པར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། ཁྱོད་རྒྱལ་བ་ཀྱའི་ཨ་མ་ཡོད་དེ་
 ཅེས་དྲིས་པ་ན། ང་ཚོ་བ་ལྟ་བུ་དེ་འདུག་པས་དུན་ཡང་ཞིབ་པར་མི་འཆད་པ་ཡིན་
 ཡང་སྟོན། བར་སོན་པས་མི་དུན་པ་ཡིན་ཡང་སྟོན་དེ། གང་ལྟར་ཡང་མི་དུན་བཞིན་

དུ་བྱེད་ཞེས་སྒྲིག་པའི་ཕྱི་དང་པོ་དེ་ན་པའི་རང་བཞིན་མཚན་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་སྤྱི་ལ་གྱི་བྱུང་བ།

ཡང་སྤྱི་པ་ཐུ་མ་དེ་ན་པ་གཞན་གཅིག་ནི། སྤྱི་ལ་ལོ་ཞེས་པའི་བྱིས་པ་དེ་རེད། འདི་
ཡང་ར་རྒྱལ་གྱི་དང་བཅའ་སི་རིག་ཆེན་སྤེ་པ་དེ་ག་ནས་རེད། རྟ་བོར་ནས་སྤྱི་ལ་དུག་
ཅུ་ཙམ་གྱིས་ཆོད་པའི་འབྲོག་ཐོག་ན་འདུག འདི་སྤྱི་ལ་གྱི་ལོ་ལ་སྤྱིས་པ་ཡིན་པས་
མིང་ལ་འང་སྤྱི་ལ་ལོ་ཞེས་བཏགས། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ཞིག་གི་ཡང་སྤྱི་དེ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་
ཀུན་གྱིས་རྒྱ་སྤྱི་ལ་ཞེས་འབོད། དེ་ལོ་ལོ་བཅུ་གཉིས་རེད་འདུག དེ་ཡང་སྤྱི་ལ་ལོའི་
ཁྱིམ་ཡོད་ས་དེ་ནས་སྤྱི་ལ་བྱེད་ཙམ་གྱི་མཚམས་སུ་ལམ་ལས་པ་འགའ་ཞིག་འདུག
དེའི་ནང་ན་ལམ་ལས་པ་ཟེ་པ་ལིས་ཙོང་ཁྱིན་ (李宗春) ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་
ཁྱིམ་ཆང་འདི་དག་གི་བཟའ་མི་རྣམས་དང་ངོ་ཤེས་ཡིན་པས་འདི་དག་གི་སར་རྒྱན་
དུ་འོང། དབྱིག་གཉེན་ཞེས་པའི་སྤྱན་པ་ཞིག་ཡོད། དེས་ལིས་ཙོང་ཁྱིན་ལ་ཁྱོད་ལ་
ཡུལ་དུ་འགྲོ་ཁར་དེད་ཆང་ལ་ཤོག་དང་ངས་ཁྱོད་ལ་མར་ཞིག་སྤྱིན། ཁྱོད་ཀྱིས་ལ་
ཡུལ་དུ་ཁྱེར་ཏེ་སོང་ཞེས་སྤྱིས། སྤྱིས་སུ་རྒྱ་དེ་ལམ་ལས་པའི་དགུན་དུས་ངལ་གསའི་
སྐབས་སུ་ལ་ཡུལ་དུ་ལོག་རྒྱའི་ག་སྤྱིག་བྱས་ཏེ། བར་ལུ་ལོན་དགོས་པ་རྣམས་ལར་
བྱིན། རྒྱར་དགོས་པ་རྣམས་རྒྱར་བྱངས། གོས་གསར་བ་ཆ་གཅིག་ཡོད་པ་གྱོན་ནས་
ལམ་ལས་པ་རང་ལ་འདུད་འཐེན་འཁོར་ལོ་མདོག་དམར་པོ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་
བསྟན་དེ་མགོ་ལོག་རྟ་བོར་ལ་སོང། སྤྱིར་འོང་བའི་ལམ་དུ་ཡང་འེ་ཁའམ་ས་ནག་
ལ་ཁ་ཞེས་པའི་རི་སུལ་ནས་འདུད་འཁོར་གཡང་དུ་ལྟུང་ནས་ཤིང། །

དེ་ནས་ལོ་གཅིག་ཙམ་གྱི་རྗེས་སུ་ལ་དབྱིག་གཉེན་དང་མ་གྱི་ལོ་གཉིས་ལ་བྱིས་པ་
ཞིག་བཅས་པ་ལ་མིང་སྤྱི་ལ་ལོ་ཞེས་བཏགས། དེ་གཏམ་ཅུང་ཟད་སྤྱི་ཤེས་པ་ནས་



བཟུང་ང་ཁྱེ་གཞི་ཡིན་ཟེད། ཁྱེ་གཞི་ཚུལ་དང་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་མར་སྦྱོན་ཆད་
 བྱས་ཡོད་པ་དང་། གཞན་གྱིས་དེ་ལ་ཕུ་ཡོན་དགོས་པ་དང་པ་ཡུལ་གང་ཡིན་སོགས་
 སྒྲ་ཞིབ་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་འབྲུལ་མེད་མང་པོ་དུས་རྒྱུན་དུ་སྒྲ། དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ང་ལ་
 མར་ཞིག་སྟེར་ཆད་བྱས་ཡོད་པས་དེ་སྤང་བའི་ཕྱིར་དུ་ང་འདིར་འོང་བ་ཡིན་སོགས་
 ཟེད། རྩར་གྱི་ལམ་ལས་པའི་འབྲུད་འཁོར་དེ་མཐོང་བ་ན་སྟག་གཙོད་ཀྱི་གཤེད་མ་
 པ་ཞིན་དུ་སྒྲག་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །

ད་ལམ་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་མི་འགའ་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་
 ཡིན། དེ་ན་མས་ལས་ཐོག་བར་སྤྱོད་མ་ཞེས་པ་ལོ་རྒྱུས་ཚུ་ལྟག་དུ་སོན་པའི་སྟེས་པ་
 ཞིག་སྟེ། ཁོ་རྒྱ་སྟེལ་གྱི་སྟེལ་པ་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ལ་ཆ་རྒྱས་གིན་དུ་ཆེ་བས་དེ་ལ་དྲིས་
 པས་ཁོས་རྒྱས་པ། སྟེལ་ལོའི་སྟེལ་པ་ལྷ་མ་དེ་ལམ་ལས་པའི་རྒྱ་ཞིག་རེད། ཁྱེ་དེའི་
 མིང་ལ་ལེས་ཅོང་ཁྱིན་ཟེད། རྒྱབས་དེར་ཁྱོན་ལམ་ལས་པ་མི་བརྒྱ་གཉིས་བརྒྱ་
 གསུམ་ཞིག་ཡོད། དེ་ན་མས་པལ་ཆེར་རྒྱ་སྤྱོད་པའི་ཆེས་ཉི་ཤུ་ཅམ་ནས་ལས་
 མཚམས་པའག་སྟེ་སོ་སོའི་ཕྱིར་དུ་འགྲོ་ཁྱེ་དེ་དག་གཉིས་ངོ་ཤེས་ཡིན། དེད་ཆང་ལ་
 ཏྲག་པར་འོང། ཁོས་ང་ལ་ཁ་བརྟུན་བྱས་ཏེ། ངའི་ལས་ཀ་འདི་ལུས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱད་
 དགོས་པའི་ལས་ཀ་རེད། ད་ང་ལོ་ལོན་པས་ལས་ཀ་མི་སྤྱབ་པར་འདུག ལས་
 གནས་ལས་ངལ་གསོ་བའི་རེ་ཞུ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེད། ཆོག་མཆན་ཐོབ་བམ་མ་ཐོབ་ངས་
 མ་ཤེས། དེ་རྒྱབས་རྒྱ་དེས་གཞན་ལ་པར་དགོས་པའི་ཕུ་ཡོན་ན་མས་པར་བྱིན།
 ཚུར་སྤང་དགོས་པའི་ཕུ་ཡོན་ན་མས་ཚུར་སྤངས་ནས་པ་ཡུལ་དུ་འགྲོ་གྲབས་བྱས།
 དེ་ཉིན་གོས་གསར་པ་ཆ་གཙོག་ཡོད་པ་ཁྱོན་ནས་ལམ་ལས་པ་ལ་འབྲུད་འཁོར་
 དམར་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་ནས་རྟ་པོར་ལ་རྟོ་སོལ་དང་འབྲུལ་སྦྱུམ་ཞིག་ལོན་དུ་
 སོང། ཕྱིར་འོང་བའི་ལམ་བར་ནས་ཡང་འེ་ཁ་ནས་འབྲུད་འཁོར་གཡང་དུ་ལུང།

དེའི་ནང་ན་བྱང་མེད་གཉིས་དང་སྤྱི་བ་བཞི་སྟེ་ཁྱིམ་མི་དྲུག་ཡོད། བཞི་གསོན་པོ་
 དང་གཉིས་ཤི་བར་གྱུར། ལ་ལོ་པ་ལ་ཤའོ་ཏན་ (小韩) ཟེར། ད་ལྟ་འང་རྟ་བོར་
 བ་ཡོད། ཤི་བ་གཉིས་ལས་ཅིག་ཤོས་ལ་མི་ཅན་ཡིན་ (石建平) ཟེར། བ་ལུ་ལ་
 རྟ་ནན་ཞིང་ཆེན་ནས་ (河南) རེད། དེ་སྤྱི་བ་ཁང་དུ་སོང་ནས་ཉིན་གསུམ་ཙམ་གྱི་
 རྩེས་སུ་ཤི་ཅིག་ཤོས་ལིས་ཙོང་ཞིན་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་སྤྱུགས་པའི་ལྷགས་མདོང་མགོ་
 ལ་པོག་སྟེ་འབྲལ་དུ་ཤི་དེ་རྩེས་བྱིས་པ་སྤྱི་བ་ལོ་བཅས་པ་ན། ཁོ་རྒྱ་དེ་ཡིན་ཟེར།
 རྒྱ་དེ་དང་ང་ཚོ་ངོ་ཤེས་ཡིན་པས་རྒྱ་དེ་དང་ཆང་ལ་འོང། བྱིས་པ་འདི་འང་ནངས་
 མོ་ནས་དེད་ཆང་སར་འོང་སྟེ་འདུག དགྲུང་མོ་པ་མ་དག་འོང་ནས་བརྟུངས་ཏེ་བྲིད་
 མ་སོང་གི་བར་དུ་མི་འགོ་ཆེས་ཐོག་མར་ང་ཚོས་ལུག་གི་མགོ་སྤྱུག་ཅིག་པཅོས་པས་
 བཟར་བརྟུག་པ་ན། ང་རྒྱ་ཡིན་པས་ལུག་སྤྱུག་མི་བཟའ་ཟེར། འོ་ན་ཁྱོད་རྒྱ་རི་ལྟར་
 ཡིན་ཞེས་དྲིས་པས། ཉེ་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་ལམ་ལས་པའི་ནང་གི་རྒྱ་ཡིན། ས་ནག་
 ལ་ཁ་ནས་འདུད་ལ་ཁོར་གཡང་དུ་ལྟང་བ་ན་སྤྱི་བ་ལྷགས་མདོང་ལྟང་ནས་མགོ་ལ་
 པོག་པས་རྒྱུག་ག་ཟེར་གྱི་ངང་ནས་གཉིད་སོང་ཟེར། འོ་ན་འདིར་ཅི་བྱེད་དུ་འོང་བ་
 ཡིན་ཞེས་དྲིས་པས། དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ང་ལ་མར་ཞིག་སྤྱིན་རྒྱ་བྱས་ཡོད་པས་དེ་
 ལེན་དུ་འོང་བ་ཡིན་ཟེར། དབྱིག་གཉེན་ཞེས་པ་དའི་ཨ་ཁུ་རེད། ངས་བྱིས་པའི་
 གཏམ་དེ་ཨ་བདེན་སྤྱི་བ་སྟེ། ཨ་ཁུ་ལ་ཁྱོད་གྱིས་རྒྱ་དེ་ལ་མར་ཞིག་སྟེར་ཆད་བྱས་
 ཨ་མྱོང་ཞེས་དྲིས་པས། ཨ་ཁུས་ངས་རྒྱ་དེ་ལ་ཁྱོད་པ་ལུ་ལ་འགོ་ཁར་ཤོག་དང་མར་
 ཞིག་སྟེར་ཞེས་བཤད་མྱོང། འོ་ན་ཁྱང་དེ་གི་བསམ་མར་སྟེར་རྒྱ་མ་བྱུང། སྟོང་རེ་རྩེ་
 མར་དེ་ལ་ཆགས་ནས་འདིར་སྤྱི་བ་ཡིན་འདུག་ཟེར། དའི་ཨ་ཁུ་ད་ལྟ་ཤི་ཟེན་པས་
 མི་གི་པོ་ལ་ལྟང་འདེབས་མི་རུང། དེ་ལྟར་སྤྱི་བ་དེས་ཅན་ཡིན་ཟེར། ད་དུང་ལམ་



ལས་སར་ང་རང་གི་ལྷ་མ་དང་རྒྱལ་བ་ལྷ་མ་ཉེ་ཉི་མར་བསྐྱམས་ཡོད་པས་དེ་
 ལེན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཟེར། ཡང་བསོད་ནམས་ཞེས་པ་དེ་ལ་ལུས་རྩལ་པའི་སྡོད་གོས་
 དང་དོར་མ་ཆ་གཅིག་བཅོང་ཡོད་ཀྱང་ང་ལ་རིན་མ་བྱིན་པས་དེ་ལེན་དུ་འགྲོ་དགོས་
 ཟེར། གོས་དེ་ཆེ་དཀའ་ནས་བསོད་ནམས་ལ་བཅོང་པ་རེད། བསོད་ནམས་ཀྱིས་
 གོས་དེ་བྱོན་ནས་འགོ་བ་ངས་ཀྱང་དངོས་སུ་མཐོང་ཆུང་། དེར་མ་ཟད་ང་ཆོའདི་ན་
 ཡོད་པའི་ཁྱིམ་ཆང་དུག་བདུན་པོ་ཀྱན་གྱིས་ཤེས། གོས་མདོག་སྡོན་པོ་ཅན་ཞིག་
 རེད། སྒྲོར་མོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་ཅིག་སྒྲིན་རྒྱ་བྱས་འདུག དེའི་རིན་མ་བྱིན་གོང་ནས་རྒྱ་
 དེ་གི་སོང་བ་རེད། བསོད་ནམས་ཞེས་པ་དེའི་ལ་ལུས་དར་ལག་རྫོང་རེད། འདིར་
 མག་པར་བསྐྱད་པ་ཡིན། ད་ལྟ་གི་ཆར། དེའི་ག་ཉེ་ཆེ་བ་དེ་ད་ལྟ་རྟོག་པོར་ན་ཡོད།
 མགོ་ལོག་ཁུལ་རྩ་འབྲུ་བཞེས་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཡིན། སྤྱེལ་ལོས་ལམ་ལས་པའི་
 འདུད་འཐེན་དམར་པོ་དེ་མཐོང་བ་ན་སྒྲགས་ཏེ་བརྒྱལ་ལ་ཁད་པ་ལྟ་བུར་འགྲོ་སྟེ།
 ཁ་ལ་མི་ཉན་པ་ན། ཁྱོད་ལོགས་པར་མི་འདུག་ན་ལམ་ལས་པའི་འདུད་འཐོར་གྱི་
 བྱང་དུ་འཛོག་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་པ་ན། འདུག་ས་ནས་གཏན་ནས་ཡར་ལང་མི་ཡོད་
 ཅིས་ཟེར་རོ།

དེ་ནས་སྤོ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་པ་ལོ་ལྷ་བཅུ་ལྷག་ཏུ་སོན་པའི་སྤྱེས་པ་ལས་གནས་
 ལས་ངལ་བསོས་པའི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་སྟེ། འདི་ལའང་རྒྱ་སྤྱེལ་གྱི་ཆོས་ཀྱི་གཉིས་
 ཆར་ལ་རྒྱས་མངའ་ཆེ་བས་དེ་ལ་དྲིས་པས་ཁོས་སྒྲུས་པ། དབྱིག་གཉེན་ངའི་ག་ཉེ་ཆེ་
 བ་ཡིན། ང་མགོ་ལོག་ཁུལ་རྩ་འབྲུ་བཞེས་ནས་ཡིན། ག་ཉེ་ཆང་ལ་འོང་ནས་སྡོད་
 པ་ན། མནའ་མ་དེས་བྱིས་པ་འདི་རྒྱ་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས་རེད་ཟེར། ངས་བྱིས་པ་ལ་
 ལོ་རྒྱས་དྲིས་པས། ཁོ་ལམ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན། ཡང་ལོ་ཁ་ནས་འདུད་འཐོར་ལྟང་བ་ན་
 ངའི་མགོ་ལ་ལྷགས་མདོད་གིས་བརྒྱབས་པས་ང་ཐབ་པེ་ཐིབ་པེ་ཞིག་རེད་སོང་ཟེར།

འོན་ཏེ་འདིར་རི་ལྟར་འོང་བྱས་པས། མར་སྒྲིན་ཆད་བྱས་པས་དེའི་བྱིར་དུ་འོང་
 པ་ཡིན་ཟེར། དེ་ནས་གཉི་དང་མནའ་མ་དྲིས་པས། འགྲོ་ཁར་མར་སྒྲིན་ཆད་བྱས་
 པ་རེད་ཟེར། དེ་ནས་ངས་ཀྱང་བྱས་ཏེ། ཁྱོད་ལ་མར་སྒྲིན་ཆད་བྱས་པ་དེ་ལས་ལྷག་
 ཅིག་ཁྱོད་ཀྱིས་ཟོས་ཟིན་པས་ད་སོང་ཞེས་སྒྲུས་ཟེར། ཁོའི་ང་པ་ཡུལ་ཟེ་ལང་ཡིན།
 བྱིས་ན་སུ་མོ་ལྟ་ཡོད་ཟེར། འདྲད་འཐེན་འཁོར་རོ་གསར་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལེན་དུ་
 འགྲོ་དགོས། ལམ་ལས་པའི་ནང་ན་ལྷམ་དང་རྒྱང་ལུབས་ཡོད། དེའང་ལེན་དུ་འགྲོ་
 དགོས། དོར་མ་དང་ཕྱོད་ལྷང་བཅོང་བའི་རིན་མ་བྱིན་པས་ལེན་དགོས་སོགས་ཟེར།
 རྒྱ་དེས་བྱ་བ་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་བཤད་པས་དེའི་རྣམ་ཤེས་མིན་ཐབས་མི་འདུག
 གལ་ཏེ་འདི་མི་གཞན་ཞིག་གི་རྣམ་ཤེས་རེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་ང་ཚོས་ནི་རྒྱ་དེའི་རྣམ་
 ཤེས་ཡིན་པའི་ཐག་གཅོད་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། སྒྲིར་མི་སུ་ཡིན་ཡང་རྣམ་ཤེས་མེད་པ་
 གཅིག་ཀྱང་མེད་པས་ཡ་མཚན་རྒྱ་མེད་ལ། ཁྱོད་པར་དུ་རྒྱ་ལམ་ལས་པ་ཞིག་གི་
 རྣམ་ཤེས་རེད་འདུག་པས། དེ་ཙམ་ལ་ང་ཚོས་བདག་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ཞེས་ཟེར་རོ། །
 དེ་ནས་སྒྲེལ་ལོའི་གཉི་དེའང་ལོ་སུམ་ཅུ་ལྷག་དུ་སོན་པའི་སྐྱེས་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལ་
 དྲིས་པས་དེས་སྒྲུས་པ། དྲིས་པ་ཐོག་མར་སྐྱེས་པ་ན་མགོ་གཡོན་ཕྱོགས་དེ་རྒྱང་
 འཕུར་ལྟ་བུ་ཆེ་ཙམ་ཞིག་འདུག་སྐབས་ཤིག་ནས་མེད་པར་སྒྱུར་སོང་། གཏམ་སྒྲ་
 ཤེས་ཙམ་ནས་རྒྱ་དེའི་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་བཤད། གཏམ་བཤད་མ་ཤེས་གོང་ཙམ་ནས་
 ལམ་ལས་པའི་འདྲད་འཁོར་དམར་པོ་དེ་མཐོང་བ་ན། རྒྱགས་ཏེ་བརྒྱལ་ལ་ཁད་པ་
 ལྟར་དུ་འོང། རྒྱངས་འཁོར་གཞན་པ་ལ་རྒྱང་ཟད་ཀྱང་མི་རྒྱག་ ངས་རྒྱངས་འཁོར་
 ཁ་ལོ་སྒྲོར་ཤེས་ཟེར། ཐེངས་ཅིག་ང་ཚོ་ལ་ཨ་ཁུ་སྒྲ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད་ཆང་ལ་འོང་
 བས་པར་འགྲོ་བ་ན། དྲིས་པས། ཁྱོད་རྒྱང་ཐང་དུ་འགྲོ་དགོས་ན་དགའ་ལྟེ། རྒྱངས་



ལམ་ཁོ་ཞིག་ཡོད་ན་ངས་ཁ་ལོ་བསྐྱོར་དེ་སྒྲེལ་ཆོག་གྲང་ཅི་བྱེད་ཟེར། བྱོད་ཀྱིས་ཁ་
ལོ་སྐྱོར་ཤེས་སམ་ཞེས་དྲིས་པས་ཤེས་ཟེར། དེ་ལས་གཞན་པའི་གཏམ་རྒྱུ་མ་
དག་དང་གཅིག་པ་ཁོ་ནར་བྱུང་ངོ། །

དེ་ནས་བྱིས་པ་རང་ལ་དྲིས་པས་དེས་སྒྲུས་པ། རྒྱར་དཔྱ་མོད་ད་ལྟ་ཅི་ཡང་མི་དཔྱ།
གཞན་རྒྱུ་མ་གྱིས་བྱོད་རྒྱ་ལམ་ལས་པ་ཞིག་རེད་བརྟོག་པ་ན་སེམས་མི་སྒྲིད་པར་
འདུག འོན་ཀྱང་ང་རང་རྒྱ་དེའི་སྒྲེལ་ཡིན་སྟུང་དུ་སེམས་ཀྱིན་ཡོད་ཅེས་ཟེར་ངོ། །
དོན་འདི་ཤེས་མཁན་སྒྲེལ་ལའི་མ་སོགས་ད་དུང་མང་པོ་འདུག་གྲང་མཐོང་སོས་
པར་ཆེར་གཅིག་པར་ཡོད་ཆོད་འདུག་པས་གཞན་རྒྱུ་མ་ལ་མ་དྲིས་སོ། །

གསུམ་པ་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བརྟོག་པས་མཇུག་བསྟུ་བཞི།

ལོ་རྒྱུས་འདི་གཉིས་ནི་བདེན་པ་ཁོ་ནར་འདུག་སྟེ། ལོ་རྒྱུས་ཤེས་མཁན་རྒྱུ་མ་གྱིས་
བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཡན་ཚུན་ཁ་མཚུངས། ལོ་རྒྱུས་འདི་གཉིས་རེད་འདི་ཅད་ཀྱི་
ཆེད་དུ་འགྲོ་བའི་དུས་སུ་གསར་དུ་བྱུང་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རྒྱར་ནས་ཡོད་པར་མི་
མང་པོས་གྲུང་ཤེས། རང་གིས་གྲུང་ལོ་གཅིག་གི་གོང་རོལ་ཙམ་ནས་གོ་སྟོང་།
ཐབས་མཁས་ཀྱི་སྒྲེལ་བ་སྒྲུ་མ་དུང་མོ་མཆོ་ཞེས་པ་དེའང་བྱུང་མེད་པལ་བ་ཞིག་ཡིན་
པ་དང་། སྒྲེལ་ལའི་སྒྲེལ་བ་སྒྲུ་མ་ལིས་ཙོང་ཁྲིན་ཞེས་པ་དེའང་རྒྱ་ལམ་ལས་པ་ཞིག་
ཡིན་པ་ཙམ་ལས་གཉིས་ཆར་ཡང་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བླ་མ་དང་སྒྲུལ་སྒྲུ། མཁའ་འགྲོ་
དང་གསང་ཡུལ་སོགས་གང་ཡང་མིན་ལ། འཇིག་རྟེན་ཕྱོགས་ནས་ཐོབ་ཅན་དང་
མིང་ཅན། ལྷག་པོ་བཙན་པོ་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲེལ་ཡིན་པར་གྲུབ་
གྲང་འཕྲོ་བ་རྒྱ་དང་རྟེན་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད། ལོ་རྒྱུས་འདི་གཉིས་བྱུང་ནས་ལོ་བཅུ་ལྷག་
ཙམ་ལ་ཉེ་ཡང་དེའི་རིང་ལ་ལོ་རྒྱུས་འདི་བཞོས་དེ་དམིགས་ལུལ་འདི་བསྒྲུབས་པར་
བྱས་འདུག་སྟུང་པ་རྒྱང་ཟད་གྲང་མི་སྤྱང་། དེར་མ་ཟད་ལོ་རྒྱུས་འདི་བཞོས་ན་

དམིགས་ལུལ་འདི་བསྐྱབ་ཆོག་སྐྱམ་པའང་ཅི་ཡང་མི་འདུག་སྟེ། རང་མགོ་རང་གིས་
སྐྱོར་ན་དེར་ཟད། དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་སུ་ཞིག་དོན་ཅི་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་མགོ་སྐྱོར་བ་
ཡིན་ཏེ་བསྐྱར་དོན་མི་འདུག་གོ། སྤང་མོ་མཆོའི་སྟེ་བ་སྤངས་ཚུལ་དེ་དག་གྲེང་བ་ན།
ཁན་མོ་ལོ་ལྷ་བཅུ་དྲུག་ཅུ་ཡོན་པ་དེ་དག་གིས་སེམས་གཏིང་ནས་སྐྱོ་སྟེ། གདོང་མཆི་
མས་ཁེབས་ནས་དུངག་གིས་ལོ་རྒྱུས་དེ་རྣམས་ཤེད་ལ་བཤད་པ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་འདྲི་
ལུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྟོག་ག་ཅན་གྱི་བྱ་བ་སྐྱ་ཆོགས་བྱེད་མི་ཤེས་པའི་འབྲོག་པའི་
མི་བདེན་པ་དང་མོ་གསུག་ཡིན་ནོ། །

བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་བཤད་པའང་སྟེ་བ་སྤྱི་བྱོན་ནས་བྱུང་བ་ལས་
གཞན་མེད་དེ། བྱིས་པ་རྣམས་དེ་ཙམ་ཞིག་གིས་རྒྱུས་མེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་མོ་དེ་འདྲ་
ཞིག་གང་ནས་ཤེས། ཆེད་དུ་བསྐྱབས་ཏེ་འཆད་དུ་བཅུད་ཀྱང་བཤད་མི་ཤེས། ཤེས་
རབ་ཐབས་མཁས་ལ་བུད་མེད་ཀྱི་གཤིས་ཀ་ཤིན་ཏུ་གསལ་པོ་ཡོད་པ་དང་སྟེ་བ་སྤྱི་
མར་གང་བྱེད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ད་ལྟ་འང་བྱེད་པ་དང་། སྟེ་ལོ་ལོ་མ་ལས་པའི་
འདུད་འཁོར་དམར་པོ་དེ་མཐོང་བ་ན་གཤེད་མ་བཞིན་དུ་སྐྱག་པ་འདི་རྣམས་མི་
འཆུག་པའི་གཟེར་བྱ་ལྟ་བུ་ཡིན། གཞན་དུ་བཙོས་ནས་བྱེད་དུ་བཅུག་ཀྱང་ལོ་
གསུམ་ཡོན་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་གིས་དེ་འདྲ་མི་ཡོང་ངོ་། །

རང་གིས་འདྲི་ཅད་བྱེད་པ་ན་འང་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སྒོ་ཁོ་ནས་ཅུད་གཙོད་བྱས་
ཤིང་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་གཏན་ལ་ལང་ཡོད་ཀྱི་ཆོད་འཛོག་དང་འདོད་སྟོགས་རུལ་
ཙམ་ཡང་བྱས་པ་མེད་ལ། བྱ་དགོས་དོན་ཡང་མེད་དེ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚོན་ཡང་དག་
མི་འདུག་སྐྱམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། གཞན་རྣམས་སུ་མ་ཟད་རང་ཡང་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་
ཕྱིར་རོ། །



ཞེས་པ་འདི་ནི་ཕྱོད་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པའི་བྱང་བ་གཉིས་ལ་ཅུད་གཅིད་ཞིབ་མོས་
ཡོད་ཆེས་པའི་གནས་སུ་བགྱིས་ཏེ། རབ་རྒྱན་རྩ་ལྷག་སྟོན་ལྷ་ར་པའི་ཆོས་བརྩུ་དགུ་
ཉིན་རྩུ་ལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་སུ་འབོད་པས་དག་བར་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ། །

༡༩། གས་པ་ཆ་མ་པས་འཇུག་གི་གསར་འགྲེལ་འཆད་རྩམ་གསལ་
བའི་མེ་ལོང་ལ་རྩང་ཟད་དབྱེད་པ་བདེན་རྒྱུན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༡༩། རབ་འབྱམས་ཤེས་བྱ་གཟིགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །

སྒྲོན་བྱལ་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད་རླབས་གྱིས། །

ཐར་ལམ་མ་ལུས་ཇི་བཞིན་གསལ་བའི་མགོན། །

སྐལ་བཟང་འགྲོ་བའི་འབྲེན་པ་དེ་ལ་འདུད། །

གང་གི་ལེགས་བར་གསུང་བ་བདུད་རྩིའི་རྒྱན། །

སྒྲོན་བྱལ་བསྐྱ་དཀར་བོའི་འཇུག་ཟེར་ལས། །

ལན་བདེའི་དྲི་བསུང་སྒྲོ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱིས། །

དཔྱེད་ལྡན་བྱང་བའི་ཡིད་དབང་ཅིས་མི་འཁྲོག། །

ཅེས་མཆོད་པར་བཞེད་དེ། འདིར་སྒྲོན་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ལྷ་གྱའི་རྒྱལ་པོ་གང་
ཉིད་གྱིས་སྒྲོན་གྱི་ཆོལ། མ་དག་པའི་འཇིག་རྟེན་དག་ན་སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་
བཞེད་དུ་མེད་པ་རྣམས་གྱིས་ཆེར་གསུང་བའི་མགོན་དང་བྱལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམ་
ས་ལ་ཆད་མེད་པའི་སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ཤེས་རབ་བྱེད་པར་ཅན་གྱིས་ཀྱན་ནས་
བསྐྱངས་ཏེ། རྒྱལ་སྤྱིད་དང་བྱ་དང་རྩང་མ་དང་། ཉིད་གྱི་སྒྲོན་དང་དབྱེད་དང་
ལུས་དང་སྒོག་གྱང་ལན་གྲངས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བཏང་བ་སོགས་བྱ་དཀར་བའི་
གནས་མང་དུ་མངོན་ནས། མཐར་ཐུག་རྡོ་རྗེ་གདན་དུ་སྒྲོན་མེད་པའི་རྟོགས་པ་



ཟུང་པར་ཅན་བརྟེན་ཏེ་རིང་ནས་བརྟགས་པའི་ཐུགས་འདུན་མངོན་དུ་གྱུར། ཉིད་
 གྱིས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་ཅིང་གསེགས་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་དེ་ཉིད་
 གཞན་ལ་བསྟན་ནས་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པའི་སྒྲི་བོའི་ཆོགས་བགྲངས་མི་ལང་བ་
 ཞིག་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ས་ལ་བཀོད་ཟེན་པ་ན། ཀུན་དགའ་བོ་ལ།
 འདི་ལ་ངས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་པའི་འདུལ་བ་དང་སོ་སོར་ཐར་བ་ནི་བཅས།
 ངས་ལམ་ནི་བསྟན། དེ་བྱེད་པ་ཡང་དག་པར་སྐྱབ་བསྐལ་ཟེད་པར་འགྱུར་བ་ངེས་
 པར་འབྱེན་པའི་ལམ་ནི་བསྟན་ཟེན་ཏེ་ཕྱིས་བྱ་དགོས་པའི་ལྟག་མ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །
 ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་ཏེ། དེད་དཔོན་བྱེས་སུ་སོང་བ་དག་གིས་གང་བྱ་བ་གྲུབ་པ་ན་རང་
 གི་ཡུལ་དུ་ལོག་པ་ལྟར་བདེ་བར་གསེགས་པས་ཀྱང་སྐྱད་ངོས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་
 བདུལ་ཟེན་པའི་ཆོ་མུ་ངན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་ཅིང་། སྐྱད་ངོས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་
 སྐལ་བ་དང་མི་ལྡན་པ་དག་གི་ཆེད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩིའི་བགོ་སྐལ་ཞིག་
 ཀུན་དགའ་བོ་སོགས་ཀྱི་བྱག་ཏུ་གཏད་ནས། ཀུན་དགའ་བོ་ང་སྟོན་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔར་གྱུར་བ་ན་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་དག་ཡོད་དེ། དེ་
 དག་ད་ལྟ་ཉེས་པར་བྱས་ཤིང་ཉེས་པར་སྐྱད་པས་སེམས་ཅན་དཔུལ་བའམ། དུད་
 འགྲོའི་སྒྲི་གནས་སམ། གཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་དུ་དོང་ངོ། །དེ་དག་དེ་བཞིན་
 གསེགས་པར་འདས་པའི་འོག་ཏུ་དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་མིར་སྒྲི་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་
 དག་དཔང་པོ་རྒྱས་ཤིང་ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པའི་རྒྱས་ངའི་བསྟན་པ་འདི་ལ་ཆོགས་རྒྱང་
 རུས་དད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་རྩ་འབྱུང་
 བར་འགྱུར་རོ། །ཁ་ཅིག་ནི་ཁྱིམ་ན་གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ངའི་མདོ་མེ་འདི་
 ལྟ་བུ་ཐོས་ནས་ཟུང་པར་དུ་འགོ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པའམ།
 རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པའམ། ཐེག་པ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་

བར་འགྱུར་རོ། །ཀྱན་དག་འཕོ། བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་པ་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་བརྒྱ་ཕྱིད་
 ཏུ་བསྐྱབས་པ་དམ་པའི་ཚས་དཀོན་མཆོག་གི་མཛོད་འདི་འདི་ལྟར་རིགས་གྱི་བྱ་
 རྒྱུ་མཉམ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་དོན་ཏུ་ཁྱེད་གྱི་ལག་རྒྱ་གཏད་པས་
 གཏད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཕྱིས་སུ་བྱུང་བའི་སྐྱེ་འགྲོ་རབ་རྒྱ་མང་པོ་དག་གིས་
 གྲུང་ཕྱོན་པས་སྐྱལ་བའི་བདུད་རྩིའི་བགོ་སྐྱལ་ལ་སྤྱད་ནས་མཛོན་པར་མཐོ་བ་དང་
 དེས་པར་ལེགས་པའི་གོ་འཕང་མཛོན་ཏུ་བྱས་ཏེ། ད་ལྟའི་བར་དུ་འད་རྒྱུ་གྲོལ་གྱི་
 འབྲས་སུ་ཐོབ་པ་བར་མ་ཆད་ཏུ་བྱུང་བ་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་རྒྱམས་
 སོ། །འོན་ཀྱང་དུས་ཕྱིས་སུ་འཕགས་ལུལ་དུ་སྒྲོའི་མཆོན་ཆད་དབང་ལུགས་གྱི་
 འོག་ནས་བསྟན་པ་ཉམས་པར་གྱུར་ཅིང་། བོད་དུ་འད་ཉི་དུས་སུ་གཏོར་བརྒྱག་
 ཚབས་པོ་ཆེ་ཐེབས་ནས་བཤད་སྐྱབ་གྱི་རྒྱུན་ལུན་རིང་ཏུ་བཅད་པས། ལུལ་དུས་
 འདི་ན་རྒྱལ་བསྟན་གྱི་སྤང་བ་ནི་ཕ་བའི་སྐབས་སོ། །དེའི་ཆེན་ཇི་སྐད་དུ། ཕྱོན་པ་
 འཛིག་རྟེན་མིག་ནི་ཐུམ་གྱུར་ཅིང་། །དཔང་གྱུར་སྐྱེ་བོ་ལལ་ཆེར་ཟད་པ་ན། །དེ་ཉིད་
 མ་མཐོང་རང་དགར་གྱུར་བ་ཡི། །རན་རྟོག་རྒྱམས་གྱིས་བསྟན་པ་འདི་དཀྱུགས་
 སོ། །རང་བྱུང་རང་བྱུང་བསྟན་པ་གཅིས་འཛིན་རྒྱམས། །མཆོག་རྒྱ་ཞིར་གསེགས་
 འགོ་མགོན་མེད་པ་ན། །འདོམས་མེད་ཡོན་ཏན་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དྲི་མས་
 དག་འགྱུར་དེང་སང་འདི་ན་སྒྲོད། །ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་རང་གཞན་སྟིགས་
 མའི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཞིག་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་དབྱོད་པའི་སྒོ་མིག་དང་ནི་བྲལ། གཞན་གྱི་
 གལ་ཡེ་ལ་རྒྱག་པ་ལ་ནི་དགལ། རང་མཐོང་དང་སྟི་རྟོལ་ནི་ཆེ། བྱད་པར་དུ་འད་བཞི་
 བརྒྱ་པ་ལས། ལལ་མོ་ཆེ་ཡི་མི་རྒྱམས་ནི། །དམ་པ་མ་ཡིན་ཕྱོགས་ཡོངས་འཛིན། །
 དེས་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ནི། །ལལ་ཆེར་དེས་པར་རན་འགོར་འགོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ལྟ་བ་



ལོག་པ་སྟོན་པའི་སྟེག་པའི་བཤེས་གཉེན་ནི་མང་བར་གྱུར་པ་ན། རྒྱན་པོ་འགའ་
 རེས་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་ཚིག་གཅིག་ཙམ་ཡང་རྒྱ་རྒྱ་མེད་བཞིན་དུ་གཞན་ཟེར་རྗེས་
 བརྗོད་ཙམ་གྱིས། དབྱེད་གསུམ་དག་པའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལའང་སྟོན་འདོགས་
 རུལ་བྱེད་དོ། །

དེ་ཡང་སྒྱིར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གི་འཆར་སྒོ་སྒྲ་ཚོགས་པ་མཐའ་གཟུང་
 དུ་མེད་པས་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་། ལོག་པའི་ལམ་ལ་མཐའ་མེད་ཕྱིར། །དེ་
 དག་འདིར་ནི་སྟོ་བྱ་མིན། །ཞེས་གསུངས་ལ། བྱེད་བར་དུ་འང་སོ་སོའི་ལས་ཀྱི་བག་
 ཆགས་ཀྱི་མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་མེ། བདེ་བར་གསེགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དཔེ་
 བྱེད་བཟང་པོས་བརྒྱན་པ། ཚོགས་གཉིས་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲིན་འབྲས།
 ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡིད་དབང་འཕྲོག་པ་དེའང་སྒྲིགས་སྟོན་པ་
 རྟོགས་བྱེད་ལ་མི་སྟུག་པའི་མཚན་མ་དུ་མའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་སྤང་བ་དང་། རྒྱ་
 གྲུང་ཆེན་པོ་གཏུང་རྒྱན་ཡང་ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་མའི་འོབས་སུ་སྤང་བར་ཐོན་
 ཚོགས་ལས་གསུངས་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་མི་གཙང་བ་བཤང་གཅིའི་ཐུང་བོ་དག་ཀྱང་
 ཁྱི་པག་སོགས་ལ་གཙང་བར་སྤང་བ་དང་། བ་མ་རྒྱས་འཁོགས་སྟོག་དང་ཐུལ་བ་
 དང་། རང་གི་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པ་དག་བསད་པ་དགེ་བར་བལྟ་བ་དང་། དུད་
 འགོ་རྣམས་མའི་ཁ་ཟས་སུ་ལྟས་བྱིན་པ་དང་། དུད་འགོ་རྣམས་ལ་རྣམ་ཤེས་དང་
 བདེ་སྟུག་གི་ཚོར་བའང་མེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཤི་ནས་མེ་མནལ་བ་དང་
 རྒྱ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་འགྱུར་བར་ལྟ་བ་སོགས་ངན་རྟོག་སྒྲ་ཚོགས་ཐུང་ཞིང་། དེ་དག་
 ལའང་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་སྟེ། འདི་ལའང་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་
 ཡོད། །དེས་ན་ངན་པའི་སྟན་པས་བྱེད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེ་ལྟར་འང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལ་སྟོན་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདེ་བར་གསེགས་

བས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་ནས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མངོན་སྲུང་དུ་གཟིགས་
 ཏེ། ཆངས་པའི་གནས་སྒྲ་ཆོས་ཀྱི་ལམ་ལོ་བསྐྱོད་ཀྱི་ལམ་ལོ་ནི་དང་དུ་མེད་གཏི་མུ་
 བསྐྱུགས། ལྷ་མཆོག་རྒྱལ་པོ་ཆེའི་གནས་སྒྲ་དམ་བཅས་པ་ད་ལྟའི་བར་ལོ་ནིས་
 རྟོང་ལྷག་གི་རིང་ལ་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་རྟོལ་ལུས་པ་ནི་སྒྲ་ཡང་མ་བྱུང་ཞིང་ལམ་
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་བོ་དཔག་དུ་མེད་པས་ཐར་བ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེས་ན་གཞན་གྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་དབྱེད་པ་བྱས་པས་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་
 པ་རྗེ་དག་དང་རྗེ་གསལ་དུ་སྤང་ནས་ཡིད་རྗེ་ཆོས་སྒྲ་འགྱུར་གྱི། འདི་ན་གཞན་གྱིས་
 དབྱེད་མི་བཟོད་པ་དང་ཤེས་སྒྲ་མི་རུང་པའི་སྒྲོན་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་པས། རྟོན་པ་
 ཉིད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། དགེ་སྤྱོད་དག་གམ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་བཅད་
 བརྒྱར་པའི་གསེར་བཞིན་དུ། །བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །སྤང་བར་བྱ་
 ཡི་གུས་ཕྱིར་མིན། །ཞེས་བཀའ་སྤྱུལ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཚུལ་བཞིན་དུ་དབྱེད་པ་
 དང་། གཟུ་ལམ་གྱི་གཏམ་འཆལ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་འདིས་
 བདག་ཅག་གི་རྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་ལོག་པར་སྒྲུས་སོ་ཞེས་སྤང་ཞུགས་མི་བྱེད་དེ།
 བྱས་ན་རྟོན་པའི་བཀའ་དང་ཡང་མི་མཐུན། འོན་ཀྱང་རྟོན་པའི་གསུང་ལ་སྒྲོན་སྤྱོད་
 ཙམ་བྱེད་པ་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ཀྱི་ལས་སྒྲལ་དུ་བབ་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཆེད་དུ་ཁོ་བོ་
 ཅག་གིས་གང་དང་གང་སྒྲུས་པ་དེ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་བཟོད་དགོས་ཏེ། མི་བཟོད་
 བ་ཁོང་ཅག་གི་སྒྲོན་ཡིན། དེ་དག་གི་ཆོ་ན་རིགས་པ་རྣམ་དག་གི་ལམ་ནས་སྒྲུ་བ་
 གང་ཡིན་དང་། མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གིས་སྒྲུ་བ་གང་ཡིན་གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྒྲོ་
 གསལ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས་ཤན་འབྱེད་པར་མཛད་དུ་
 གསོལ་ལོ། །དེ་ལ་འདིར་དེང་དུས་ཀྱི་གསར་བུ་ཆོས་ཀྱི་གཏིང་མ་དཔོག་འཛིག་



རྟེན་གྱི་མཐོང་རྒྱུ་མ་བསྐྱེད། འབྲས་ལུགས་ཀྱི་ལེ་ཉེས་ལ་མ་དབྱུང་བའི་གཡམ་རྒྱལ་
 བ་འགའ་རེས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དངོས་ལུགས་ཀྱིས་སྤྲད་པ་ཅི་རིགས་བྱེད་ལུལ་བྱས་
 བ་ལ། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཙམ་གྱིས་ཐན་གནོད་གང་ཡང་མེད་པར་
 དགོངས་པའམ་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་འཆལ་གཏམ་ཙམ་ལ་ལན་གྱི་རལ་བ་དོན་མེད་
 བར་དགོངས་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་མོད།

འདིར་ཆགས་སྒྲུང་གི་བསམ་པ་སྤངས་ཏེ་གཟུ་བོའི་སྒྲོས་སྒྲུ་དང་སྒྲུ་བརྟན་གྱི་ཚུལ་དུ་
 རྩེད་ཟད་ཅིག་སྒྲུ་བར་འདོད་དེ། དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་དག་གི་སྒྲོལ་བཞིན་ཆོག་
 དོན་གཉིས་ཆར་ལ་ཞིབ་ཅིང་ཕྱ་བའི་རིགས་ལམ་གྱིས་ལེགས་པར་འབེལ་ན་མང་
 ཙམ་སྒྲུ་ཡོད་མཆི་ཡང་། དེ་འདྲའི་རིགས་ལམ་རང་རེ་སྟོལ་སྒྲུ་གཉིས་ཆར་གྱི་
 ཉམས་ཀྱིས་ལྟོགས་ཆོད་མི་འདུག་ཅིང་། དགོས་པའང་ཆེར་མེད་པས་བཞག་གོ།
 རྒྱབས་སུ་བབ་པའི་དོན་ནི། ཁོ་ན་རེ། གཞི་ཆོས་དབྱིངས་བདེར་གཤེགས་སྟོང་བ།
 ལམ་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན། འབྲས་སུ་སྟོབས་བརྟུ་མི་འཛིགས་པ་བཞིར་
 བཤད་པ་སོགས་ཀྱང་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་དད་པས་ཡིད་ཆེས་
 བར་ཟད་གྱི། མདོན་སུམ་གྱི་རིགས་པས་གཏན་ལ་ལབ་རྒྱས་མཁན་ནི་སུ་ཡང་མེད་
 པས། རྣམ་བྱིས་རྒྱ་གར་རང་ས་ནས་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་འཛིག་པར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་
 རྟེན་གཙོ་བོ་ཡང་། བང་བའི་གྲུབ་མཐའ་འཐད་ལྡན་དུ་སྒྲུབ་པར་ལུང་གི་རྒྱབ་རྟེན་
 ཙམ་ཞིག་ལས། མདོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་རིགས་པ་ཡང་དག་ནི་སུ་ལའང་ཁྱེར་དུ་
 མེད་པ་དང་། རིགས་གསར་གྱི་ལུགས་ནི་གང་བཤད་ཀྱང་ལ་མདོན་སུམ་གྱི་གཞི་
 རྟེན་ཡོད་པ་དང་། ལག་ལེན་གྱི་ཁྱོད་ནས་ཐན་འབྲས་དངོས་སུ་མཐོང་དུ་ཡོད་པས།
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སུམ་པ་བརྒྱར་ནས་བྱི་མ་བདམས་པས་ཡིན། ཞེས་ཟེར་རོ།

འདི་ནི་ལོག་པར་སྒྲུས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མར་གཞི་ཆོས་དབྱིངས་བདེར་གཤེགས་

སྒྲིང་པོ། ལམ་བསམ་གཟུགས། འབྲས་སུ་སྒྲོབས་བརྩུ་མི་འཛིགས་པ་བཞི་ཞེས་
 སྒྲུས་པ་མི་འཐད་དེ། སྒྲིང་གཞི་ལམ་འབྲས་གསུམ་ཞེས་པ། གཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་
 བས་གཏན་ལ་ཡབ་ནས། ལམ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཉམས་སུ་བྱངས་ཏེ། སྐབས་དེའི་
 འབྲས་སུ་དེ་ཐོབ་པའམ་མངོན་དུ་བྱུང་བ་ལ་བྱད་གོས་ན། གཞི་ཆོས་དབྱིངས་བདེར་
 གཤེགས་སྒྲིང་པོ་དང་། འབྲས་སུ་སྒྲོབས་སོགས་ཀྱི་སྒྲུས་ཁྱེས་པའི་ལམ་དེ། བསམ་
 གཟུགས་ཅམ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་མི་སྤྲིད་དེ། དེ་ནི་ལམ་མ་ཁྱེགས་པའི་སོ་སྒྲེད་དང་
 ལྷན་གསལ་ཅན་ལའང་ཡོད་ན་དེ་དག་ལའང་འབྲས་སུ་སྒྲོབས་སོགས་ཡོད་པར་སྒྲུའམ་
 ཅི། བྱིད་ཀྱི་གསར་འགྲེལ་ལས། ང་ཆོས་མི་འཛིགས་པ་བཞི་ལ་སྒྲོབ་པ་ནི་གནད་དུ་
 ཆེ་ཞེ། སྐབས་འདིའི་མི་འཛིགས་པ་ནི་རང་དང་གཞན་གྱི་གནས་ཚུལ་རི་བཞིན་
 བདེན་པར་གསུངས་པས། བདེན་ལུང་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱེམ་ག རིང་མས་རྒྱུ་མ་དང་
 བཟོ་བཅོས་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལ་གོ་དགོས། ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། མི་འཛིགས་པ་
 བཞི་ཡང་གཏམ་བདེན་པ་ཅམ་ལ་ངོས་བཟུང་འདུག་པས། དེ་ཅམ་བསམ་གཏན་
 དང་པོ་མ་གཏོགས་པ་བསམ་གཟུགས་གཞན་གྱིས་འབྱུང་དུ་རྒྱུ་གི རིང་ཅག་གི་
 སྒྲོན་པའི་མི་འཛིགས་པ་བཞི་པོ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་ཅམ་གྱིས་འཛོལ་བ་གནས་མེད་དོ། །
 བྱིད་འདོད་པ་ལྟར་ན། ཆུན་པོ་གཡོ་སྒྲུ་མེད་ཅིང་རྒྱུ་མི་ཤོད་པ་ཞིག་ལའང་མི་
 འཛིགས་པ་བཞི་ཡོད་དུ་རྒྱུ་བས་བཞན་གད་ཀྱི་གནས་སོ། །སྒྲན་འབྱིན་འདི་དག་
 ཞར་བྱུང་ཅམ་དུ་སྒྲུས་ཀྱི་དགོས་པ་ཆེར་མེད་དོ། །ཡང་གཞི་ལམ་འབྲས་སུ་འཛིན་མ་
 གཞག་ལ་ལུང་གི་སྒྲུབ་བྱེད་ཅམ་ལས་མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པ་མེད་ཟེར་བ་ནི་ཆེས་
 ལོག་པར་སྒྲུ་བ་ཞེ། མངོན་སུམ་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་མེད་ཅེས་པ་ཅི། མིག་གི་མངོན་སུམ་
 གྱིས་བལྟ་རྒྱུ་དང་། རྣ་བས་མཉན་རྒྱ། ལྷན་བསྐྱམ་རྒྱ། ལྷན་བྱང་རྒྱ། ལུས་ཀྱི་མངོན་



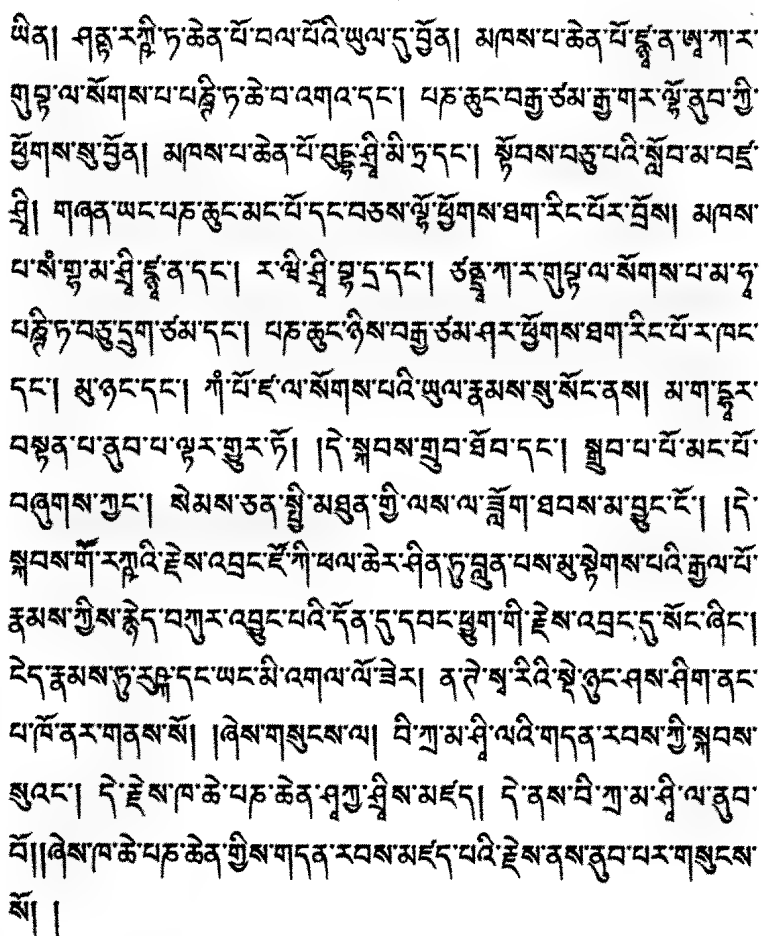
ལུ་མ་གྱིས་རེག་རྒྱ་མེད་ཅེས་ཟེར་རམ། ཡིད་གྱིས་རྟོགས་རྒྱལ་མེད་ཅེས་ཟེར། དང་
 བོ་ལྟར་ན་སྟོན་མེད་དེ། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གཞུགས་སྤྱི་རོ་རེག་བྱ་ན་མས་ཡིན་པར་
 ཁས་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དང་། མཛོན་ལུ་མ་གྱི་རྒྱལ་བྱེད་ཡིན་ན་དེ་དག་ཡིན་པས་མ་
 རྒྱལ་པའི་ཕྱིར་རོ། གཉིས་པ་ལྟར་ན་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་བོ་དག་གི་རྒྱལ་ན་ལང་
 མེད་ཟེར་རམ། ལམ་མ་ཞུགས་པའི་སྐྱོ་བོ་ལལ་བ་དག་གི་རྒྱལ་ན་མེད་ཟེར། དང་པོ་
 ལྟར་ན། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཉིད་དང་། འཕགས་བོད་ཀྱི་མཁས་བྱུང་རྒྱ་སྤར་གྱི་
 བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ད་ལྟའི་བར་བར་མ་ཆད་དུ་བྱོན་པ་དེ་ན་མས་ལས་གཅིག་གིས་
 གྲུང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་མ་རྟོགས་ཞེས་སྤྲེལ། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ཟེར་ན། རྒྱ་
 མཛོན་དུལ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱར་བ་རྣམ་པོ་ཆེ་སྟེ། ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་རྟོགས་
 ཞེས་པ། ཐོག་མར་རིགས་པ་ན་མ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་སྤྱི་ལྟོ་ནས་རྟོགས་ཏེ།
 དེས་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེས་པ། བར་དུ་ཉམས་སུ་སྤངས་པས་རྗེས་མ་ཐུན་པའི་
 གསལ་སྤང་རམ་ཉམས་ཕྱིར་ཁྱད་པར་ཅན་སྟེ་དེས་ཤེས་ཀྱང་ཤུགས་ཆེ་དུ་སོང་
 བ། མཐར་གསལ་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་སྟེ་མིག་གིས་གཞུགས་ལ་བལྟས་པ་བཞིན་
 དུ་མཛོན་ལུ་མ་མཐོང་བ་ལ་ཟེར་ན། དེ་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ནས་ཡོད་པར་རྒྱལ་པའི་
 དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པ་དུ་མ་དཔྱ་ཆད་ཀྱི་གཞུང་བརྒྱ་ཐུག་དག་ལས་
 ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ཅེ་རེར་མ་ལྟོངས་པར་ལྟ་བར་མཛོད་ཅིག་
 གལ་ཏེ་དེ་དག་ལས་གསུངས་པ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་པའི་རྒྱ་མཛོན་ཐོག་
 མར་སྟོས་ཤིག་དང་ཁྱོད་ཀྱིས་རིགས་པ་ཅི་སྟེ་ཁོ་བོ་ཅག་ལྟར་མོ་བལྟ་བར་སྟོའོ། །
 གཉིས་པ་ལམ་མ་ཞུགས་པ་དག་གི་རྒྱལ་ན་མེད་ཟེར་ན། དེ་བདེན་མོད། ལུ་མ་གྱི་
 རོ་མངར་བ་ཉམས་སུ་ཕྱིར་བའི་མཛོན་ལུ་མ་ཡང་ལུ་མ་ཐོས་པ་དག་ལ་ཡོད་ཀྱི་མ་
 ཐོས་པ་ལ་གལ་ཡོད། དེ་དག་ལ་མེད་པས་ལུ་མ་ལ་རོ་མངར་བ་དང་། ཟ་བ་པོར་

མངར་བ་ཕྱོད་བའི་མངོན་སུམ་མེད་ཅེས་སྒྲུ་རྒྱས་སམ། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་
 གྱི་ཏིང་འཛིན་ནི་ཕྱི་འོལ་བའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཚུན་ཆད་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་
 མང་དུ་སྒྲུ་མི་དགོས། འབྲས་བུ་མི་འཇིགས་པ་བཞི་ནི། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་
 རང་དོན་སྤངས་ཏོགས་སུན་ཚོགས་དང་གཞན་དོན་ལམ་དང་ལམ་གྱི་གོགས་བརྟན་
 བ་ལ་ལོ་ཉིས་སྟོང་ལྷག་གི་རིང་དུ་ཚོས་མཐུན་གྱི་ཚོལ་བ་སྤུས་ཀྱང་བྱ་མ་རྒྱས་
 བ་ཀྱན་ལ་མངོན་སུམ་པ་འདི་ཉིད་ལགས། གཞན་དུ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤུག་ཐུབ་པ་
 སངས་མ་རྒྱས་སོ་ཞེས་སྒྲུ་བར་འདོད་ན། དེ་ལྟར་དམ་བཅའ་བར་གྱིས་ལ། རྒྱུ་བ་
 བྱེད་མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པ་དེ་སྟོན་ཅིག་དང་ད་གདོད་མགྱོན་པ་གཟེངས་སུ་
 བསྟོད་ནས་སྒྲུ་ཚོགས་གི་དེ་མིན་མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
 བཀའ་ཡང་ཁྱེད་རྒྱུ་བ་བྱེད་དུ་མི་འདོད་ན་ཚོགས་པ་པ་དག་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེས་ན་ཁྱོད་
 ཀྱིས། མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཐབ་རྒྱས་པ་སུ་ཡང་མེད་ཅེས་པ་དང་།
 མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་བའི་རིགས་པ་ཡང་དག་ནི་སུ་ལའང་ཁྱེད་དུ་མེད་པ་དང་།
 ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་སྒྲུ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་བབ་ཅོལ་ཁོན་སྟེ། རང་རྒྱུད་ལ་
 དམ་པའི་ཚོས་གྱི་ཏོགས་པ་མ་སྟེས་བས་གཞན་དག་ལའང་མེད་སྟུང་དུ་འབྱུལ་བར་
 ཟད་དོ། །གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་འདིར་མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པ་མེད་ཅེས་མངོན་
 སུམ་ཁོན་སྒྲུས་པ་ཅི། རྗེས་དཔག་ཀྱང་མེད་ཟེར་རམ། རྗེས་དཔག་ཡོད་ཀྱང་
 རིགས་པ་མིན་ཞེས་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན། འཁོར་ལོ་བར་ཐའི་མདོ་དང་རིགས་
 ཚོགས་དང་བསྟོད་ཚོགས་སོགས་ལས་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་དེ་སྟེད་ཅིག་གསུངས་
 བ་དག་ལུང་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གཟུ་བོར་གནས་པའི་དབྱེད་ལྡན་སུའི་རོར་ཡང་
 བརྒྱུ་བ་ཁྱོད་པ་གསྟག་སྟེ་ཐ་ན་ཁོ་བོ་ཅག་ལྟ་བུ་ལའང་རིགས་པ་འདི་དག་གིས་



རིས་ཤིས་རྩམ་ཆེན་སྟེར་བར་འདུག་ན་རིགས་པ་སྤྱི་བ་གཞན་ལ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། འོན་
 ཀྱང་ཁྱོད་གྱི་གསར་འགྲེལ་ལས། རྩོད་མཁན་ལ་ཡང་རྩལ་གསུམ་བཅི་བ་སོགས་གྱི་
 རྟོག་འཛིང་ནན་པོ་དེ་འདྲ་མེད་པ་དང་། ཞེས་རྩལ་གསུམ་བཅི་བ་ལ་རྟོག་འཛིང་དང་
 དེ་མི་དགོས་པ་ལ་རྩོད་པའི་དགེ་མཚན་དུ་འཛིན་པ་ལ་བསམ་ཆེ་རིགས་པ་དེ་དག་
 གི་གཏིང་དཔོག་ཡོད་པ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་འདུག་སྟུང་དུ་སེམས་སོ། །
 གཉིས་པ་ལྟར་ན་ནི། རྩོན་གྱི་རྒྱུང་འཕེན་པ་འགའ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཅམ་
 རྟེ། འདི་ལ་རིགས་པའི་གནོད་པ་མང་དུ་ཡོད་རྩལ་རྣམ་འགྲེལ་སོགས་ལས་
 གསུངས་པ་ལྟར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྟངས་དང་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་མོད། འདིར་ཁྱོད་
 རིགས་གསར་ལ་ཐུགས་དབྱེས་པ་ཞིག་གདའ་བས་དེ་དང་ཡང་འགལ་རྩལ་མཚན་
 ཅམ་བཞིན་ན། གནའ་རྗེས་རྟོག་ཞིབ་པས་འདས་པ་དཔོག་པ་དང་། གནམ་རིག་
 པས་ས་སྒྲུང་དང་ལྷ་པའི་བཟོད་པ་ལས་དཔག་ས་ནས་ཉི་འཛིན་དང་ལྷ་འཛིན་
 སོགས་དང་ས་ཡོམ་བརྟག་དབྱུང་པས་ས་ཡོམ་གྱི་རྟགས་མཚན་སྟེར་མཐོང་བ་ལས་
 ས་ཡོམ་འབྱུང་བ་དང་། གནམ་གཤིས་བརྟག་དབྱུང་པས་རྒྱང་གླིན་གྱི་རྒྱ་ཕྱོགས་
 ལས་རྒྱང་ཆར་སོགས་མ་འོངས་པ་དཔོག་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་ས་གཤིས་རིག་པ་
 པས་ཐུན་རྩལ་བརྩུ་བཞི་པའི་ཁྱབ་འཕྲོ་ལས་དཔག་སྟེ་ས་སྒྲུང་གི་རིམ་པ་སྟེ་ཤོས་
 གྲུབ་སྟེ་ལོ་ས་ཡ་ཐུག་སུམ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཅམ་སོང་ཞེས་པ་དང་། དཔྱིན་ངོའི་སྟེ་
 དངོས་རིག་པ་པར་མེན། Darwin ཌའལ་ཌའི་འུ་གིས་སྟེ་དངོས་འཕེལ་འགྱུར་རིག་པ་
 ལས་དུང་འགྲོ་ནས་མིའི་བར་དུ་འཕེལ་རྩལ་བཤད་པ་དེ་དག་གྱུང་རྗེས་དཔག་ཡིན་
 གྱི་ཐམས་ཅད་མིག་གིས་མཐོང་བ་ག་ལ་ཡིན། འོན་གྱུང་རིགས་གསར་པ་མང་པོས་
 འཐད་ལྡན་དུ་ཁས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་བཞིན་དུ་དངོས་ཁམས་རིག་པར་ཡང་
 རྗེས་དཔག་གི་ཆམ་དུ་ཡོད། གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཆད་མར་འདོད་པའི་དངོས་གཙོ་རྩོད་

སྐྱབ་སྐྱབ་པ་དག་གིས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བྱེད་ཟེར་བའང་གྲང་ཆེན་འགྲུལ་བསྐྱོད་ལས་དཔག་
 པ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་གིས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བྱེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ལྟ་ག་ལ་ཡིན།
 དེས་ན་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ན་མངོན་སུམ་ཁོ་ན་ཡིན་དགོས་སྐྱམ་པ་ནི་རྒྱང་འཕེན་པའི་
 རྒྱན་པོ་འགའ་མེད་ལོག་རྟོག་ཙམ་ལས་གཞན་གནང་དེར་གི་རིགས་པ་སྐྱབ་སྐྱེད་
 ལུགས་དང་ཡང་མི་མཐུན་ལ། རང་བ་སངས་རྒྱས་པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་ལ་སྐྱབ་
 བྱེད་མེད་ཟེར་བ་ནི། རང་ཉིད་ནང་པའི་གཞུང་ལུགས་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་དག་ལ་
 གོམས་འདྲིས་མ་བྱས་པའི་ལན་གྱིས་དཔྱད་ཆོད་ཀྱི་རིགས་ལམ་ལ་རྒྱས་མེད་བཞིན་དུ་
 བྱང་རྒྱལ་དུ་སྐྱས་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པ་རིགས་པ་ཤེས་པ་སྐྱས་ཀྱང་རྟོགས་སྒྲུའོ། །
 རྒྱགར་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་རྒྱབ་པའི་རྒྱ་མཚན་རིགས་གསར་དར་ནས་ནང་པའི་
 ལྟ་བུ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་ཅིང་རིགས་གསར་ལ་སྐྱབ་བྱེད་མངོན་སུམ་ཡོད་པ་མཐོང་
 བས་ཐམས་ཅད་དེར་ཞུགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་ཆ་མེད་ཀྱིས་རྒྱས་གདམ་
 སྐྱས་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་རྒྱགར་དུ་བཟུན་པ་རྒྱབ་པའི་དུས་ནི་ཁ་ཆེད་བསོད་སྟོམས་པ་
 ཆེན་པོ་ཤུག་ཤིང་སྐྱེ་རིང་ནས་ཡིན་ཏེ། རྒྱགར་ཆོས་འབྱུང་ལས། དེ་ནས་གཞུང་དང་།
 ཡ་མུན་འེ་བར་གྱི་ཡུལ་ཨ་རྩར་རྟེན་དེའི་ཡུལ་དུ་ཏུ་རྟུའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་།
 དགེ་སྦྱོང་འགའ་མེས་རྒྱལ་པོའི་པོ་ཉ་བྱས་པས་རྒྱུན་བསྐྱངས་ཏེ། དེ་དང་རྟེན་ག་ལ་ལ་
 རོགས་པའི་ཡུལ་གཞན་དང་གཞན་ན་གནས་པའི་ཏུ་རྟུའི་རྒྱལ་བུན་མང་པོ་ཕྱོགས་
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ཏེ་མ་ག་རྟེད་ཡུལ་ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱུང་སྟེ། ཨོ་རྟན་མུ་
 རིར་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་མང་པོ་ཞིག་བསད། དེ་དང་བེ་ཀྱ་མ་གྱི་ལ་གཉིས་ཅར་བཞིག་
 ཨོ་རྟན་བེ་རྟ་མེད་ཤུལ་དུ་རྟག་གཟིག་གི་རྫོང་བཅས། བརྟེན་ཤུག་ཤིང་ཤར་ཕྱོགས་
 ཨོ་རི་བེ་ཤིའི་ཡུལ་རྫ་གད་ལར་བྱོན། དེར་ལོག་སུམ་བཞུགས་ནས་བོད་དུ་བྱོན་བ་



པམ་ཆེན་པོ་ད་ལྱོད་པའི་རྒྱལ་ནི་དགྲ་ལོ་དོན་བརྒྱད་པ་གིར་ལོ་བྱི་བ་ཡིན་པར་
 དེ་བ་ལྟོན་ལས་གསུངས་ཏེ། ལྷི་ལོ་༡༩༠༧ལོ་ལྷེ་རྒྱལ་རབས་བརྒྱག་སྐུམ་པའོ། །
 ལྷི་ལོ་༡༩༡༧ལོར་འབྲུངས་པའི་ཆག་ཆོས་རྗེ་དཔལ་རྟོ་རྗེ་གདན་དུ་ལེབས་ཆེ་རྒྱ་
 རྒྱའི་དམག་གིས་ཉེན་ནས་དེར་མི་གཅིག་གྱུར་མི་འདུག་ཟེར་ལ། འདིའི་རྒྱལ་སྐུ་

ལེན་པ་མི་ཉ་རྒྱ་ལ་གྱི་ལྷ་དྲ་བཞུགས་ཀྱང་ཆོས་མཉན་པ་བདུན་ཅུ་ཙམ་ལས་མེད་
 པར་གསུངས། དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། ཆག་ལོ་ཆོས་རྗེ་དཔལ་དེ་ལ་ཡུལ་དུ་
 ལོ་བརྒྱད་བཞུགས་ནས་དགྲའ་ལོ་སུམ་ཅུ་ཙམ་རྒྱ་གར་དུ་བྱོན། ཞེས་དང་། ཆག་
 གིས་ན་ལེན་རྒྱ་གཞིགས་པའི་རྗེས་སུ་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གྱི་ཁོངས་སུ་ན་ལེན་ཞིག་པར་
 མངོན། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ལམ་ཡིག་ལས་
 ཀྱང་། དེ་ཡང་རང་རེའི་ཡུལ་དུ་ཀྱན་མཆིན་པ་སྟོན་བཞུགས་པའི་དུས་ཙམ་ནས་
 ཡུལ་དབུས་སུ་བསྟན་པ་ལྷག་མེད་དུ་ཞིག་སྟེ་ལོ་འདི་སྟེད་སོང་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་
 ཏེ། སྟོན་བཞུགས་པའི་དུས་ནི་དུས་རབས་བརྒྱ་གསུམ་པའི་སྤྱད་དང་བརྒྱ་བཞི་
 པའི་སྟོད་དོ། །

རྒྱ་ནག་གི་ཅོམ་རིག་རབ་འབྱམས་པ་དགོ་སྟོང་མིན་ཡན་གྱི་རྒྱ་གར་ནང་པའི་ཆོས་
 འབྱུང་ལས་ཀྱང་། དུས་རབས་བརྒྱ་གཅིག་པའི་ཆོ་ན། སྤ་ལའི་རྒྱལ་བརྒྱད་གྱི་
 མཆུག་དང་། སེ་ན་རྒྱལ་བརྒྱད་གྱི་དུས་དབྱེ་སི་ལན་ཆོས་ལུགས་གྱི་དམག་དབང་
 ལྷག་པར་གཏིང་དུ་ཞུགས་ཏེ། བང་བསྟན་གྱི་ཐ་མའི་གནས་ཡུལ་རྒྱ་གར་གར་
 རྩལ་གྱི་ཆོས་གཞི་ཡང་རྩ་མེད་དུ་བྱས། དེའི་ཕྱིར་གསང་སྟངས་ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་
 ཆེན་པོ་དག་ལ་འཕྲོར་ནས། མང་པོ་ཞིག་ནི་ཁ་ཆེའི་ཡུལ་སོ་སོ་བརྒྱད་ནས་བོད་དུ་
 བྱོས། འགའ་ཞིག་པལ་ཡུལ་སོགས་སུ་བྱོས། ཅུང་ཟད་ལྷག་མར་ཡུས་པའི་གལ་
 ཆེའི་ཆོས་གཞི་ན་ལེན་ནའང་མི་བདུན་ཅུ་ལྷག་ལས་མ་ཡུས། མི་རིང་པའི་རྗེས་སུ་
 རྒྱལ་པོའི་ཆོས་ལུགས་དབྱེ་སི་ལན་དུ་བསྒྱུར་བས། འབྲོ་མ་རྣམས་པའི་ནང་བདེ་བྱེ་སི་
 ལན་དུ་བསྒྱུར་མི་འདོད་པ་དག་རྒྱ་གར་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལ་ཞུགས་ཏེ། དུས་རབས་
 བརྒྱ་གཉིས་པའི་མཆུག་ཏུ་རྒྱ་གར་ནས་ནང་བསྟན་ཡུལ་མེད་དུ་ཁྱུར་ཏོ། ། ཞེས་



གསུངས་མོ། །དེས་ན་ཀྱུ་གར་དུ་ནང་བརྟན་ཉམས་ཀྱང་ཐུང་པ་ནི་ཁ་ཆེ་པར་ཆེན་
 དང་འཇམ་མགོན་ས་པར་གྱི་སྐུ་དུས་སུ་ཡིན་པ་ལོ་རྒྱུས་ཁྱད་ས་ཐུབ་དག་ལས་
 གསུངས་པས་བསྟོན་དུ་མེད་ལ། དེའི་ཆེན་རིགས་གསར་གྱི་མིང་ཙམ་ཡང་མེད་
 པར་ཁྱོད་གྱིས་ཁས་བླངས་ཏེ། གསར་འགྲེལ་ལས། འོན་ཏེ་འཇམ་མགོན་ས་པར་
 གྱི་སྐབས་སུ། རྒྱ་བོད་གྱི་ཡུལ་དུ་ཆེས་གྲགས་ཆེ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ནང་པ་སངས་
 རྒྱལ་པ་དང་སྐྱེགས་ཙམ་དུ་ཟད་ལ། མར་ཁེ་སི་དང་རིགས་གསར་སོགས་གྱི་
 ཡུགས་ནི་དུས་དེར་མིང་ཙམ་ཡང་མ་གྲགས་པས། སྐབས་དེར་བྱི་ནང་གི་མཁས་པ་
 ཐམས་ཅད་ནང་པ་དང་སྐྱེགས་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ནི་དུས་གྱི་ཁོར་ཡུག་གིས་
 བྱས་པའོ། །ཞེས་སྒྲུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་དུས་དེར་རིགས་གསར་གྱི་མིང་ཙམ་ཡང་མེད་པས་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་
 ནང་པ་དང་སྐྱེགས་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅེས་ཟེར་བ་དང་། རིགས་གསར་གྱིས་གང་
 བཤད་མཛོན་སུམ་གྱི་གཞི་རྟེན་ཅན་དུ་མཐོང་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པས་རྒྱ་
 གར་དུ་བརྟན་པ་ལུབ་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་དངོས་འགལ་གྱི་ཆོག་ཆེས་གིན་དུ་དོམ་ཆར་པ་
 ཞིག་ལྟེ། རི་བོང་གི་རྩ་དང་མོ་གཤམ་གྱི་སུའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་རྒྱ་གར་དུ་བརྟན་
 པ་ལུབ་པར་ཐུར་ཅེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ཏེ། རྒྱ་གར་དུ་བརྟན་པ་ལུབ་པ་དང་ལུབ་
 རྩོགས་སུ་རིགས་གསར་དར་རྒྱས་བྱུང་བའི་དུས་ཙམ་ཡང་མི་འགྲིག་བཞིན་དུ་དེ་
 ལྟར་སྒྲུ་བ་ནི་གཤམ་མ་སུ་ཅོར་གྱིས་རྒྱལ་བ་དངོས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བརྟན་པ་ལུབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡང་སྐྱོའི་དམག་དཔུང་གིས་བཅོམ་སྟེ་
 ཆོས་ཡུགས་བསྐྱར་དུ་བཅུག་པས་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གར་ཆོས་འབྱུང་ལས་གསུངས་པ་
 གོང་དུ་བྲངས་པ་ལྟར་དང་། དགོ་འདུན་ཆོས་འཁེལ་གྱིས། བྲ་ལའི་རྒྱལ་པོ་ཉམ་རུང་
 དག་གི་ལག་ནས་མ་གྲུ་ཏྲ་འབྲོག་སྟེ་ན་ལེན་དང་། ཡོད་རྒྱུ་རི་སོགས་བཅོམ་ཞེས་

དང་། དེས་ན་ཡུལ་དབུས་ན་ལེན་སོགས་སྒྲིག་མེད་དུ་བཅོམ་པ། ལྷོ་འཕམ་གྱི་
 རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཡིན་ཅིང་། རང་རེས་གར་ལོག་བྱ་བ་ཡང་འདིའི་མིང་ལ་ཟེར་བར་
 མངོན་ལ། གྲུ་གྲོའི་དམག་ཡིག་ལས་ཀྱང་། སྤྱི་ལོ་ཤིང་པོ་དང་ཉེ་བར་སྤྱུ་མེད་པའི་
 དགེ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཞིག་བཅོམ་ཞེས་བྱུང་བ་ཤིང་ཤིང་པོ་ལོ་ཉ་རྒྱུ་ཤིང་པོ་
 ཟེར་བས། འདི་ན་ལེན་ཡིན་པར་འདུག་ལ། ལྷག་ཇི་ཡའི་དམག་དཔོན་ཞིག་གིས་
 ཉ་དམག་དང་ཇོང་ཆོགས་མེད་དུ་འཕྲོག་དེར་གྲུགས་བམ་གྱི་མང་པོ་མཐོང་
 བས་མི་ཐམས་ཅད་བསད་ཟིན་ནས་གྲོག་མཁན་མེད། འདི་རྣམས་ཅི་ལྟར་བྱེད་
 དགོས་དེས་བསམ་དམག་དཔོན་གྱིས། གལ་ཏེ་གོ་རན་ནས་བཤད་པ་དང་མཐུན་པའི་
 གཞུང་ཡིན་ན་ནི་གོ་རན་ཡོད་བཞིན་གཞན་འཛིག་པའི་དགོས་པ་མེད། གལ་ཏེ་མི་
 མཐུན་ན་ནི་ལྟ་ལོག་གི་ཆོས་ཡིན་པས་འཛིག་པའི་དགོས་པ་མེད་པས་མེ་ལ་སྒྲེགས་
 སྤིག་སྤྱོད་ནས་བསྒྲེགས་སོགས་བྱེས་ཤིང་། ཁོང་རྣམས་ན་ལེན་ཡང་དམག་ཇོང་དུ་
 འབྱུལ་བར་སྤངས། ཞེས་དང་། ཕྱིན་ཡན་གྱི་ཆོས་འབྱུང་ལས་ཀྱང་། རྒྱ་གར་དུ་
 བཞུན་པ་རྒྱུ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་གཉིས་ཡོད་དེ། །གཅིག་ནི་ནང་བ་རང་གིས་མུ་
 སྒྲེགས་པ་དང་མཐུན་འདུག་བྱས་པས། བྱི་རོལ་པ་དང་འདྲེས་ཏེ་ཉིན་རྒྱུ་འོ་ཆོས་
 ལུགས་སུ་ཐིམ་པར་ལྷུང། གཉིས་ནི་དབྱི་སི་ལན་པའི་དམག་དཔུང་གིས་ལན་དུ་
 མར་བཅོན་འཇུག་དང་གཏན་བརྒྱགས་བྱས་ཏེ། བང་བཞུན་ལ་རྟེན་གནས་མེད་
 བར་བྱས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། རུས་རབས་བརྒྱ་པའི་སྤྱོད་དུ་དབྱི་སི་ལན་པའི་
 དམག་དཔུང་གིས་ལུ་ཁ་ལུར་བདག་གིར་བྱས་ཏེ་དེར་གཞི་ཆགས། དེ་ནས་རྒྱང་
 ཇི་པོས་ལ་བཅོན་འཇུག་བྱས་ཤིང་རིམ་གྱིས་ལུ་ཁ་ལུར་སུ་བྱུང་སྟེ། སྤྱི་ལོ་ལན་
 བརྒྱ་བརྒྱན་དུ་བཅོན་འཇུག་བྱས། དབྱི་སི་ལན་པའི་དམག་མི་རྣམས་བྱུ་བ་མཐའ་



གཞན་པའི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་གསོད་པ་ལྟ་ལུ་སྤྱི་བའི་ཐབས་སུ་གཏིང་ནས་
 ཡིད་ཆེས་པས། ལན་རེ་བཞིན་ནང་པའི་དགོན་པ་མེར་བྲེག་པ་དང་ཆོས་པ་དག་
 དམར་གསོད་བྱེད་པ་ནི་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། ཞེས་དང་། ལྷ་རན་མེའི་མཆན་ཉིད་རིག་
 པའི་རབ་འབྱམས་པ་རོ་མི་ཐེ་སལ་ལས་Robert Sailley གྱིས་བརྒྱམས་པའི་
 དེབ་ལས། བོད་དུ་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ཐེངས་གཉིས་པར་རྐང་རྒྱགས་པའི་ཆོན། རྒྱ་གར་
 དུ་མུའུ་སི་ལིན་གྱི་བཙན་འཇུག་པ་དག་གིས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཙོམ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་
 གཏོར་བརྒྱག་དུ་ཐུར་ཟེན་པར་སྤང་ངོ་། ཞེས་དང་། སྤྱི་ལོ་དུས་རབས་བརྒྱ་པ་ནས་
 བརྒྱད་ཨ་རྒྱ་ཀ་ནི་སི་ཐན་ 阿富汗 གྱི་མུའུ་སི་ལིན་པ་དག་གིས་བཙན་འཇུག་
 བྱས་ཏེ། བང་པའི་ཆོས་ལུགས་ནི་རིན་དུའི་ཆོས་ལུགས་ལས་ཀྱང་ཆབས་ཆེར་བཙོམ།
 དགོ་འདུན་པ་དང་སྒྲོབ་མ་སྒྲོང་ཐུག་དུ་མ་གནས་པའི་དགོན་པ་ཆེན་པོ་དག་གི་ནང་
 དུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞོར་རྒྱས་དག་གིས་གང་ནས་ཡོད་པ་དེ་བཙན་འཇུག་པ་རྣམས་གྱི་
 ཡིད་འགྲགས་པའི་ཚོན་རྒྱས་སམ་དམག་འཐོབ་དངོས་རྒྱས་སུ་ཐུར། ཞེས་དང་།
 ལྷར་Ghor གྱི་འཕྲོག་བཙོམ་པ་ཨ་ཞེ་མ་དང་དེའི་མངའ་འོག་པ་རྣམས་གྱིས་བེ་ཀྲ་མ་
 སྒྲི་ལའི་གཙུག་ལག་ཁང་ནང་བརྟན་གྱི་ལྷེ་གནས་སུ་ཐུར་པ་དེ་བཙོམ་པར་མ་ཟད་
 དེའི་དོ་དག་ཀྱང་རྒྱ་བོ་གསྐྱའི་ནང་དུ་བོར། ཨོྲ་རྒྱུ་རི་དང་ན་ལེན་ལའང་གཏོར་
 བརྒྱག་ཆབས་ཆེན་ཐེབས་ཀྱང་ལྷག་འཕྲོ་ཙམ་རེ་ཞིག་ལུས། ཞེས་དང་། དམར་
 གསོད་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ལས་ཕྱོག་ཐར་པའི་བརྟེན་དང་དགོ་འདུན་པ་ལལ་ཆེ་བ་རྣམས་
 བོད་བལ་ཁ་ཆེ་སོགས་གྱི་རི་སྤལ་དག་ནས་ཞི་བར་གཤེགས། ཞེས་དང་། རྒྱ་གར་
 བྱང་ཕྱོགས་སུ་ནང་པའི་བརྟན་པ་མུའུ་སི་ལིན་པ་དག་གིས་བཙོམ་པའི་རྗེས་སུ་
 ཉམས་རྒྱུད་དུ་ཐུར་པ་ལ་རྒྱ་རྒྱུན་སྒྲ་ཆོགས་པ་བཤད་དུ་རུང་ཡང་ཆེས་གཙོ་བོའི་རྒྱ་
 རྒྱུན་ནི། དེའི་ཆོན་གཞུང་ཕྱོགས་ནས་སྤྱིད་དབང་གི་མགོ་འདྲེན་གཏན་མེད་དུ་ཐུར་

བ་ལྟེ། མིང་དབང་དེ་དག་བརྟན་པོར་ཚུགས་ནས་ཐམས་ཅད་མཐུ་སི་ལིན་པའི་
 ལུགས་སུ་གྱུར་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་གནས་ཀྱི་འོད་ཟེར་སྒྲོ་བའི་ལྟེ་བར་གྱུར་
 པའི་དགོན་པ་བཅོམ་པ་དང་། དགོན་པར་བཞུགས་པའི་ལུ་ལྟེ་བར་མཁས་པ་རྣམས་
 བྱི་རྒུལ་དུ་བྱོས་འཐོར་སོང་བ་ལྟེ། དེ་དག་གིས་དད་པ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཆོས་
 ལུགས་ཀྱིས་སྦྱེད་མིང་བ་དང་ཁྱིད་སྟོན་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་
 བཅད་ནས་ནང་པའི་དགོ་འདུན་པ་དག་མཐུ་སི་ལིན་ལ་མགོ་འཁུལ་བྱས། བཅན་
 ལུགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཀྱང་ཁོང་ཆོད་ཆོ་ག་རྣམས་དང་དུ་ལེན་དུ་བཅུག་ཅིས་ཀྱང་ཡོད་
 ཆོད་འདུག་ཅིས་སྒྲུས་སོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲུ་སྒྲོའི་དམག་དཔུང་གིས་ནང་པའི་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་བསད་པ་དང་བསྐྱད་པ་
 དང་བཅན་དབང་གིས་གྲུབ་མཐའ་བསྐྱར་དུ་བཅུག་སྒྲིགས་བམ་རྣམས་མེར་
 བསྐྱེད་སྒྲིགས། གཙུག་ལག་ཁང་རྣམས་བཞིག་སྟེ་བཏུན་པ་རུབ་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་པར་
 རྒྱ་གར་དང་རྒྱ་ནག་བོད་ཡོ་རོབ་བཅས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ལས་ཕྱར་བ་བཞིན་དུ་
 ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་དགོ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་ཞལ་ནས། དེ་ལྟར་སྒྲུ་སྒྲོའི་ཆོས་
 ལུགས་ནི་མཆོན་ཆ་ཐོགས་པའི་དམག་དཔུང་དག་གིས་ཁྱེར་ཏེ་བྲག་གི་རྩིང་བསྐྱེལ་
 བས་འཛིག་རྟེན་དུ་དར་བར་བྱས་ཤིང་། དེ་བཞིན་ཡེ་ཤུ་པའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱང་ཡང་
 དག་པའི་དམག་ཅེས་བྱ་བའི་དཔུང་ཆེན་པོ་བཤམས་ཏེ་སྤར་བཞིན་སྟེལ་བ་སྟོན་གྱི་
 ཆོ་བུང་ལ། རང་རེའི་གནས་བརྟན་སྤྱིང་རྩེ་ཅན་དེའི་བཏུན་པ་ནི་དགོ་སྒྲོང་མིན་ལུ་
 མི་གསོད་པ་དག་གིས་ཁྱེར་ཏེ། ཤར་རུབ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡང་བཅལ་ནས་དར་
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་འདྲ་བའི་ཆོས་འབྱུང་རྣམས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་
 པའང་ཞར་ལ་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

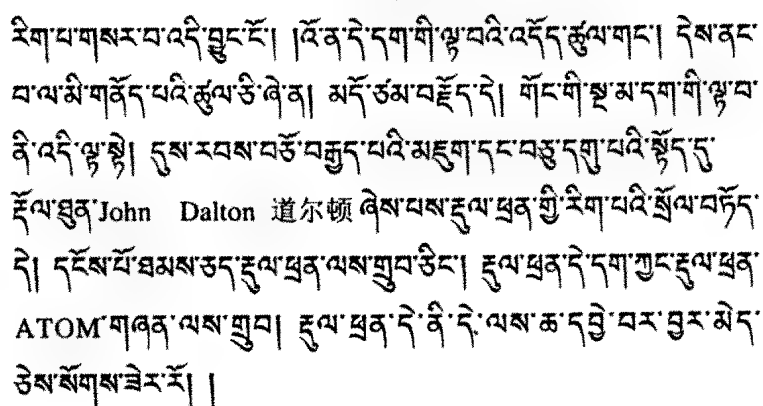


དེ་ལྟར་རྒྱ་གར་དུ་ནང་པའི་ཚོས་རུབ་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་གོང་དུ་སྤྲོས་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི།
 རིགས་གསར་དར་རྒྱས་བྱུང་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་ཞེས་པ་ནི་གིན་ཏུ་མི་འབད་དེ། དེའི་
 ཚེ་ན་རྒྱ་གར་དུ་རིགས་གསར་དར་པ་ལྟ་ཅི་ཐ་ན་རུབ་ཕྱོགས་པ་རང་ཉིད་ལའང་
 རིགས་གསར་གྱི་གོ་བ་གིན་ཏུ་ཞན་ཏེ། གནམ་རིག་ལ་མཚན་ན་དུས་རབས་བརྒྱ་
 གསུམ་པ་སོགས་ཀྱི་དུས་སྤྱད་དུང་སྤྱི་ལོའི་མཛན་གྱི་ལོ་ ༡༥༤༣ ལ་བྱུང་པའི་རུབ་ཕྱོགས་
 པའི་མཁས་པ་ཨ་རེས་སི་ཏོ་ཏི་ལེ་སི Aristotles 亚历士多德 ཞེས་པ་དེ་དང་ཡོ་
 བླ་ཚོས་ལུགས་པའི་རྒྱུ་ལྟུངས་ཏེ། སའི་གོ་ལ་འདི་འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ལྟེ་
 བ་ཡིན་པ་དང་། མི་གཡོ་བར་རྟག་ཏུ་ཐོད་པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་ལྟས་བྱས་པ་ཡིན་པ་
 སོགས་སུ་སྤྲོའོ། །དུས་རབས་བརྒྱ་དྲུག་པ་ནས་དགའོད་ལྟ་བུ་གསར་པ་དག་བྱུང་སྟེ།
 དེ་ཡང་སྤྱི་ལོ་ ༡༥༤༣ ལོར་དབྱི་ཐ་ལིའི་ཐེ་ནི་ཕྱི་བ་གྲུ་ཆེན་མའི་མཚན་ཉིད་དང་
 ཕིས་རིག་པ་ནེས་གོ་ལེབ་སི་གོ་བར་ནེས་གི་སི Goperni cus Nicolaus 哥白尼
 ཞེས་པ་ན་རེ། སའི་གོ་ལ་ལྟེ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཉི་མ་ཉིད་ལྟེ་བ་ཡིན་ལ། སའི་གོ་ལས་
 ཉི་མར་སྒྲོར་ཞིང་བགོད་པ་ཡིན་ཞེས་སྤྲོས་ཏེ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་ཁོང་ཡོ་བྱ་བ་དག་གིས་
 སྤྲུག་བསྐྲུལ་ལ་སྤྱད། ༡༦༠༠ ལོར་དབྱི་ཐ་ལིའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་པ་ལྷེ་འོར་ན་ལོ་
 རོ་ལོ་ Giordano Bruno 布鲁诺 ཞེས་པས་ཉི་མའང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྟེ་བ་
 གཅིག་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི། འཛིག་རྟེན་འདིར་སྐར་མའི་ཕྱིམ་རྒྱུད་གངས་མེད་པ་ཡོད་
 པའི་ཡ་གྲུལ་ཙམ་ཡིན། སའི་གོ་ལའང་ཉི་མའི་ཕྱིམ་རྒྱུད་ཀྱི་འཕོར་སྐར་ཙམ་ཡིན་
 ཞེས་སྤྲོས་པས་དེ་ཡང་ཡོ་བྱ་བ་དག་གིས་གསོན་བསྐྱེད་གསུམ། དེ་ནས་རུབ་ཕྱོགས་
 སུ་རེ་ཞིག་འཛིག་རྟེན་ཆགས་ཚུལ་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཆད་ཅེས་གྲང་བྱེད།
 དེ་ནས་སྤྱར་ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པའི་དགྱིལ་ཙམ་ན་དབྱི་ཐ་ལིའི་དཔོས་
 ཁམས་དང་གནམ་རིག་པ་གྲུ་ལིས་ལེའོ། Galileo 伽利略 ཞེས་པས་རྒྱང་གེལ་

གྱིས་བལྟས་པས་སྤྱི་བའི་དོན་སྤངས་གཤོང་མི་མཉམ་པ་དང་། སའི་གོ་ལས་ཉི་མར་
སྒྲོར་ཏེ་བཤོད་པ་སོགས་མཐོང་ཡང་སྤངས་དེར་དེ་ལའང་དེ་ལྟར་སྤྱི་བ་ཡི་ཤུ་བ་དག་
གིས་བཀག་སྡོམ་བྱས་འདུག་གོ །

དེས་ན་གལ་ཆེ་བའི་གསར་མཐོང་དག་ནི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ནང་དུ་ད་གདོད་
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རིགས་གསར་གཞན་དག་གི་ཚུ་བར་གྱུར་པ་དངོས་
ཁམས་རིག་པ་ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་བདུན་པ་ནས་གདོད་དར་རྒྱས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།
དང་རབས་ཀྱི་རྒྱབས་ཆེ་བའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་བའི་གས་རྒྱ་ནག་པ་དབྱེད་ཀྱིན་
ཡིན་ 杨振宁 གྱིས་ཉི་རབས་རིགས་གསར་གྱི་མགོ་ཚུགས་པའི་དུས་ནི་སྤྱི་ལོ་
༡༩༥༧ལོ་ཡིན་ཟེར་ཏེ། ལོ་དེར་ཨེ་བེ་ཁེ་ཉེས་ཐུན་Isaac Newton ཀྱིས་
རང་བྱུང་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ཕྱིས་རིག་གི་ཚུ་བའི་རིགས་པ་ཞེས་པའི་གཞུང་བྲིས་
ཏེ་ལྟ་བགས་རང་བྱུང་བར་འདོད་དོ། །

དེ་ཡང་དུས་རབས་བརྒྱ་དགུ་བའི་མཇུག་དང་ཉི་ཤུ་བའི་མགོ་ཙམ་ན་དངོས་ཁམས་
རིགས་པ་སྤྱི་རབས་པ་དག་གི་ལྷགས་དེ་དར་བའི་ཕྱིར་སོན་ཏེ། དབྱིན་ཇིའི་ལུ་ཏུ་
བྱུང་བའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་པ་ལོ་ཡུར་ཏི་ཁེ་ལ་བེན་Lord Kelvin 开尔文
ཞེས་པ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་ཏེ། ཁོང་ན་རེ། མ་འོངས་པའི་དངོས་ཁམས་རིགས་པ་བ་དག་
ལ་གལ་ཆེ་བའི་གསར་མཐོང་ནི་གང་ཡང་ཡོད་མི་སྤྱིད་པར་གྱུར་ཡོད། ཅས་ཟེར་
རོ། །འདི་རྣམས་ལ་གནའ་རབས་ཀྱི་དངོས་ཁམས་པ་ཞེས་གྲང་བཤོ། །འོན་ཀྱང་དེ་
རྗེས་ཨོ་ལོ་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་ཐན་གྱི་ཐན་Albert Einsein 爱因斯坦 གྱི་ལྟོས་གྲུབ་སྤྱི་བ་
དང་། བོ་ཡེ་ལོ་Boyle བོ་ལོ་སོགས་ཀྱི་ཚད་རྒྱུ་ལྟུངས་རིག་པ་དར་ནས་སྤོན་
གྱི་དངོས་གཙོ་བའི་འདོད་པ་དེ་དག་གཏན་དུ་སྤོན་བྱུང་ནས་ད་ལྟའི་དངོས་ཁམས་



བྱི་མ་དག་གི་ལྟ་བུ་ནི། ཡན་གྱི་ཐན་གྱི་༡༩༠༧ལོར་རྒྱ་དོག་པའི་ལྷོ་མ་གྱུ་བ་རིགས་པ་
 དང་། ༡༩༡༥ལོར་རྒྱ་ཡངས་པའི་ལྷོ་མ་གྱུ་བ་རིགས་པའི་ལྷོ་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་པོ་
 ལྷམས་ལུས་གྲགས་མཁའ་ལྷུར་རྒྱ་རྒྱུ་དང་། ལུས་རིང་གྱུར་སོགས་ལྷོ་མ་ནས་གྱུ་བ་
 ལྷུ་ལ་ཤེས་ཏེ། དེར་རབས་རིགས་གསར་གྱི་ལྟ་བུ་ལ་འཕོ་ལྷུར་ཆེན་པོ་བྱུང་། ཡང་
 ༡༩༡༩ལོར་ཏན་མག་གི་རིགས་གསར་བ་པོ་ཡེལ་གྱིས་རྒྱལ་ཕྱན་ལའང་ཆག་ཉིས་
 ལྷ་དབྱེར་ཡོད་དེ། ལྷོ་ག་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་ཕྱན་གྱི་སྤྱིར་པོ་ལོ། །ལྷོ་ག་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱིར་པོ་ལ་
 བསྐྱོར་ཏེ་འཁོར་བར་བྱེད་ཅེས་ཟེར་རོ། །

ལྷུལ་སྐོན་གྱི་སྤྱིར་པོ་དེ་ལར་རྒྱ་ལྷུལ་དང་པར་ལྷུལ་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་ལྷུལ་སྐོན་ལ་
 མང་གྱིར་མེད་ཅིས་སྤྱི་མ་དག་ཟེར་བ་མི་འཐད་པར་རྟོགས། ༡༩༣༠ལོ་ནས་གཞི་
 ལྷུལ་སྐོན་པའི་རིགས་ལྷུལ་གསར་ཁུ་རྟེན། ལྷུལ་དེ་དག་ཉ་ཅང་ཤུགས་སྤྱར་པར་བསྐྱོད་
 པའི་ཆོ་ན་ཐན་ཚུན་བདེ་བས་ཉེ་འཁོར་ནས་གཞི་ལྷུལ་གཞན་དང་གཞན་ཁུ་ལྷུལ་
 དེ་དག་ལས་ཆེ་པའི་གནས་ཆད་གྲང་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཐུང་སྟེ། རྒྱ་ཆོད་གྱི་སྤྱིར་རྒྱང་
 གཅིག་གི་ཕྱེ་པའི་ཆ་གཅིག་ལས་གྲང་ཐུང་ངོ་། ལྷུལ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གྱི་པར་
 རྟེན་པ་ཡིན་ཡང་ལྷུལ་སྐོན་དག་ལ་ཐན་ཚུན་སྤྱད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་དེས་གཅིག་ཏུ་

བསྐྱེད་པས་བྱོལ་ས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ཡིན། ལུས་པ་དེར་རིགས་གསར་པས་རྒྱལ་
 བེད་ཟེར། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཕྱན་ནམས་ལན་ཚུན་ཉེ་བའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བར་ཐག་ཅུང་རིང་ན་
 མི་སྣུད་ཟེར། འོན་རང་ཅག་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ལེས་པོ་དག་བར་མེད་པའི་ཆོག་ས་དམ་པོ་
 འདི་ལྟར་སྤང་ཞེན། རྒྱལ་དེ་དག་ལ་ཁོར་བཞོད་ཀྱི་ཆད་ཆེས་གིན་ཏུ་སྤྱར་བས་ཡིན་
 ཟེར་རོ། །དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཟད་ཤོས་རིགས་གསར་པའི་རིགས་པའི་ཡང་
 ཕྱིར་འདུག་པ་པོ་ཞི་ཆད་རྒྱལ་རྒྱས་ལུགས་ཀྱི་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་
 ལོ་ ༡༩༡༠ ལོར་དངོས་ཁམས་པ་པོ་ཡེལ་སོགས་ཀྱིས་རྟེན་པ་སྟེ། ཐོག་མར་རིགས་
 གསར་པ་མང་པོའི་ཁོང་དུ་མ་ཆུད། དེར་མ་ཟད་རིགས་གསར་པའི་མཁས་པའི་
 དྲངས་ཅེ་ཨན་གི་ཐན་གྱིས་ཀྱང་མ་རྟོགས་ནས་ཡང་ཡང་ཚུད་པར་བྱས། འོན་ཀྱང་
 ཕྱིས་སྤྱི་ལོ་ཡེལ་རྒྱལ་བར་སྒྱུར་ཏེ། རིགས་གསར་མཁས་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་མང་པོ་
 དེའི་རྗེས་སྤྱི་ལོ་འབྲངས། ཟུང་བར་དུ་ ༡༩༡༩ ལོར་པ་རི་སི་PARIS སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོར་
 དངོས་སྤྱི་ཆོད་བལྟ་བུས་པས་པོ་ཡེལ་གྱི་ལྟ་བ་དོན་ལ་གནས་པར་གྱུས། །དེར་མ་
 ཟད་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༢༠ ལོའི་ནང་གི་ཆོད་བལྟ་བུའི་འབྲུལ་ཆས་དེ་ཅམ་མི་བཟང་བ་
 དག་གིས་ཀྱང་འདི་ལ་བདེན་དཔང་བྱེད་སྟབས་ཟེར། ད་ཕྱོད་བྱུང་བའི་རིགས་
 གསར་གྱི་རིགས་པ་ལ་འདི་ལས་ཟབ་པ་མ་བྱུང་ངོ། །འོན་དེའི་ལྟ་བ་གང་ཞེན།
 རྒྱལ་ཕྱན་ནམས་སྤྱི་ལོ་དང་བར་རྒྱལ་ལ་སོགས་གཞི་རྒྱལ་གིན་ཏུ་སྤྱར་བ་དག་ཏུ་བྱེ་
 བ་ནི་གོང་དང་འདྲ། ལུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། ཁོང་ཅག་ན་ལེ། ལེས་པོའི་ཚུལ་གཞིའི་
 གཞི་རྒྱལ་གིན་ཏུ་སྤྱར་བ་དེ་འདྲ་སྐབས་འགར་རྒྱལ་རང་དུ་གནས་ལ། སྐབས་འགར་
 བོ་ཅ་སློང་ངམ་སྐབས་གིག་ཏུ་འཁྱུར་ཏེ་འགྲོ་ཟེར། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཞེས་པ་ནི་ཐོག་ས་
 བཅས་ཀྱི་རྒྱལ་བྱ་བ་ཞིག་དང་། ཅ་སློང་ངམ་སྐབས་ཞེས་པ་ནི་བར་སྤང་ལ་བྱུང་བའི་



གཟུགས་མེད་གཡོ་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་གོ། །ཅ་གྲོང་དེའང་ཅ་གྲོང་གཞན་དང་མི་འདྲ་
 པ་སྟེ། བཅ་པོ་འམ་པ་དེན་གྲུབ་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཡང་ཆོག་པ་པ་ལས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་
 པས་ན། བརྟ་རྟགས་སམ་རྣམ་ཤེས་ཤིག་ཏུ་འདུག རྟུལ་ཕྱན་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཆོད་
 བཞུ་བྱེད་པ་པོས་རྟོག་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་དོད་དངོས་པོ་སྟེ་བཅ་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་གྱི།
 མ་པརྟགས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ནི་རྣམ་ཤེས་ཤིག་ཏུ་གནས། དེས་ན་རྟུལ་དེར་
 བཞུ་བར་རྩོམ་པ་ན་བཅ་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་རྟུལ་དེའི་རང་བཞིན་གྲུབ་པ་ནི་
 བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པ་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་པོ་འམ་བརྟག་པའི་ཐབས་དང་འབྲལ་
 ཏུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་རོ། །

དབྱིན་ཇིའི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་རིགས་གསར་པ་ཤུ་རོ་དེ་མེད་མི་ན་རེ། སྤ་བའི་
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ནང་ན་གནས་པའི་བརྟག་མི་རྣམས་པའི་རང་བཞིན་དེ་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱུར་
 མེད་དེ། སྤ་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱི་དོན་ནམ་རྣམ་ཤེས་གྱི་གཟུར་བརྟན་ནམ་བརྟག་དབྱེད་
 ལ་བརྟེན་ནས་གདོད་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཆོད་བཞུ་བྱས་པའི་
 བདེན་དཔང་ཡོད་པས། དེས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་
 ལོ། །ཞེས་དང་། འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་གྲགས་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ནི། ཕྱི་
 དོན་ཞེས་བྱ་བ་རང་ལེ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པ་པོ་རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་པ་རོལ་
 བ་བདེན་པར་གྲུབ་པར་འཛིན། ལྟ་ཚུལ་འདི་ནི་ཆོད་རྟུལ་རིགས་པའི་མདུན་ན་
 དབྱེད་མི་བཟོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་འཕོང་རྟེན་གསལ་སོགས་པའི་སྤ་ཁྱིའ་མཁྱེགས་པའི་དངོས་པོ་འདི་རྣམས་
 རྟུལ་ཕྱན་ལས་གྲུབ། རྟུལ་ཡང་གོང་བཞིན་བརྟགས་ན་རྣམ་ཤེས་ཅམ་ཡིན། འོ་ན་
 རྣམ་ཤེས་ཏུ་མ་ལྟན་ཅིག་བསྟུས་པས་སྤ་མཁྱེགས་ཀྱི་དངོས་པོར་ཅིའི་ཕྱིར་གྱུར།
 རྟོག་པ་པོ་མི་རྣམས་ལ་རྣམས་པ་ལྟག་པོ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ནས་རྟུལ་ཕྱན་གྱི་རང་བཞིན་

ནམ་ཤེས་དུ་མ་ཚོགས་ནས་སྤྱོད་པའི་གསལ་གྱི་དངོས་པོར་གྱུར་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་ནམ།
 དེས་ན་ཚད་རྒྱུ་རིག་པ་ནི་འགྲེལ་བཤད་དཀའ་བ་ཞིག་ཀྱང་རེད་ཅེས་ཁོང་ཅག་
 གིས་དཀའ་བའི་གནས་སུ་བྱེད། རིགས་པ་འདི་མེད་ན་གཞི་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་པ་
 རྣམས་ལ་གཏན་ནས་འཇུག་མི་ཞུས། རིགས་གསར་པ་སྤྱོད་པ་དག་གི་རིགས་པ་
 རགས་ཆེས་པས་འདི་ཡི་མ་རྟོགས་སོ། །

རིགས་པ་འདིས་ནི་སྟོན་གྱི་དངོས་གཙོ་བ་དག་གི་གྲུབ་མཐའི་རྩ་བ་ལྟར་བ་ཡིན་པར་
 ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །འདི་དག་ནི་རང་ཅག་གི་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ལས་ལོ་ཉིས་
 རྟོང་གི་གོང་རོལ་ནས་གསལ་བར་གསུངས་ཟིན་ཏེ། རང་ཅག་གི་གཞུང་ལས།
 རགས་པའི་དངོས་པོ་དོ་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་འདི་རྣམས་རྒྱལ་ཐུན་ལས་གྲུབ་པ་
 ཡིན་ལ། རྒྱལ་དེ་ཡང་ཉི་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་གཅིག་ལ་གྲུང་རྒྱལ་བཅུན། དེ་གཅིག་ལ་ལྷག་
 རྒྱལ་བཅུན། དེ་གཅིག་ལ་རི་བོང་གི་རྒྱལ་བཅུན། དེ་གཅིག་ལ་རྩ་རྒྱལ་བཅུན། དེ་
 གཅིག་ལ་ལྷགས་རྒྱལ་བཅུན། དེ་བཅུན་ལ་རྒྱལ་ཐུན་གཅིག་ དེ་བཅུན་ལ་རྒྱལ་ཐ་
 རབ་གཅིག་ཅེས་གསུངས་ཏེ། མདོར་ན་དེ་ལས་རྒྱུང་རྒྱུ་མེད་པའི་རྒྱལ་ཐ་བ་རབ་གྱི་
 མཐར་ཐུག་པ་དག་གི་རྩོམ་གཞི་བྱས་ནས་རགས་པ་རྣམས་གྲུབ་པར་གསུངས་ལ།
 རྒྱལ་དེ་དག་ཀྱང་ཡན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མ་རེག་པར་བར་དང་བཅས་པ་
 ཡིན། མ་རེག་ལ་བར་དང་བཅས་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་འཐོར་བར་མི་འགྱུར་ཞིན། རྒྱང་
 གི་རྒྱས་པས་ཡན་ཚུན་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་མི་འཐོར་ལ། རྒྱལ་དེ་དག་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ལྷན་
 རྒྱང་བ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལས་མི་གནས་པར་སྟེ་འགག་བྱེད། དཔེར་ན་
 གཡག་ར་དང་སྤང་ཐང་ལ་རྒྱང་མ་ནས་བལྟས་ན་ནག་པོ་དང་སྟོན་པོ་ལིང་པོ་གཅིག་
 ཏུ་མཐོང་ཡང་དོན་ལ་སྤྱོད་ཏེ་དང་རྩ་བུར་རེ་རེ་བཞིན་མ་འདྲེས་པ་བར་དང་བཅས་



བ་ཡིན་པ་ལྟར་དོ་སྒྲུབ་དངོས་པོ་འདི་དག་རང་ཅག་གི་མིག་ལ་བར་མེད་ཡིང་པོ་
 གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་ཡང་དོན་ལ་རྒྱལ་བྱ་རབ་དུ་མ་བར་སྒྲུབ་སྟོང་པ་ན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་
 གནས་པ་ཙམ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རང་མེད་མིག་གིས་ཇི་ལྟར་བརྟགས་གུང་རི་
 སྒྲུབ་པ་རྟན་པར་གནས་པ་ལས་གཡོ་བར་མི་ངེས་གུང་དོན་ལ་སྒྲུབ་ཅིག་གུང་མི་
 སྟོད་པ་གཡོ་བ་ཡིན། མི་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་སྟེ་འགག་གམ་གཡོ་བ་ལྟར་ཆེས་
 པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ཡང་རྒྱལ་དེ་དག་གུང་རང་གི་
 སེམས་ལ་དེ་དག་གི་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བའམ་རང་གི་སེམས་དེ་ལྟར་དུ་སྒྲུབ་པ་
 ཙམ་ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མེད་དོ། །དེ་ཡང་ལྟ་བུའི་མིག་གིས་ལྟ་བ་ན་གཟོད་
 གཟུགས་དེ་དེའི་རྩལ་གྱི་པ་ཡིན་གྱི། མི་ལྟ་བའི་ཆོན་ཕྱི་རོལ་ན་གྱུབ་པ་མེད་ཅེས་
 གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆད་རྒྱལ་རྒྱས་སྤྱགས་ཀྱི་རིགས་པས་གྱུབ་དོན་མཐར་སྤྱག་པ་
 ལས་ལེགས་པའི་ཆ་དག་ནི་འདི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཆད་
 རྒྱལ་རིགས་པ་དེས་རང་མེད་གཞུང་ནས་གསུངས་པ་གོང་གི་དེ་དག་གི་དོན་ཇི་
 བཞིན་པ་ཞིག་ནི་ད་དུང་ཤེས་མི་འདུག་སྟེ། ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ཤེས་པ་དག་གིས་
 བལྟས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ་རིགས་གསར་པ་འགའ་ངེས་གུང་དེ་ཁས་ལེན་ནོ། །
 དེས་ན་ད་ལྟ་རིགས་གསར་དར་བའི་རྩེར་སོན་པ་ལྟ་བུའི་ཆོན་ལང་། གསུང་རབ་ཀྱི་
 བརྗོད་བྱ་རྒྱུར་མཐོང་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལྟ་ཅི། རྒྱུར་མཐོང་གི་ཡུལ་དག་ལས་
 གུང་རྒྱང་ཟད་ཟབ་པའི་སྒྲོར་རྣམས་ནི་གཏན་ལ་ལབ་སྟབས་མེད་པར་གོ་དགོས། རྒྱུར་
 མཐོང་ལས་འདས་པ་རྣམས་ནི་དེ་དག་གི་རིགས་པ་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་འབད་གུང་
 གཏན་ལ་ལབ་སྟབས་མི་མྱིད་པ་ཤེས་དགོས་ཏེ་འདི་གལ་ཆེ། ཆད་རྒྱལ་གྱི་རིགས་
 པ་འདི་ཤེས་པའི་ཇེས་སྤྱུབ་ཕྱོགས་པའི་མཁས་པ་མང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་
 རབ་ལ་དཔེ་མེད་པའི་ངོ་མཚར་དུ་འཛིན། ཁོང་ཅག་གིས་ཤར་ཕྱོགས་སངས་རྒྱས་

པ་སོགས་ཀྱི་ཚུགས་སུ་གོམ་པ་ཆེན་པོ་གཅིག་སྟོན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ཚད་རྒྱལ་གྱི་
 རིགས་པས་ཤེས་པ་དང་སངས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་གསུང་གཉིས་འདྲ་བའི་ཚད་ནི་མི་
 རྒྱམས་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་འདུག་ཅེས་ཀྱང་ཟེར་རྟེ། ཨ་རིའི་དངོས་ཁམས་
 རིག་པའི་རབ་འབྱམས་པ་ཀ་ཁུ་ར་F.Gapra ཞེས་པས་དེང་རབས་རིགས་གསར་
 བའི་ལྟ་བུ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གསར་པ་དག་དང་སངས་རྒྱས་པ་སོགས་ཤར་ཚུགས་པའི་
 ལྟ་བུ་གཉིས་ལྟ་སྒྱུར་བའི་གཞུང་བྱིས་རྟེ། འདི་གཉིས་ཤིན་ཏུ་མཐུན་ཚུལ་ཅུལ་
 འདོན་བྱས་པས་དབྱིན་ཇི་དང་ཨ་རི་སོགས་ཀྱི་སློག་པ་པོ་དག་གིས་དགའ་བསུ་
 བྱགས་དྲག་ཐོབ། ལོ་བཙུང་ལྔ་འི་རིང་ལ་དེ་བུ་ས་ཡ་གཅིག་པར་སྒྲུབ་བྱས། ཡིག་
 རིགས་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྒྱུར་རྟེ་དར་བྱུང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་བར་མ་ཟད་ཚོམ་པ་པོ་
 རང་ལ་འང་བསུགས་བརྗོད་ཀྱི་ཆེར་ཐོབ་པོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབྱིན་ཇིའི་དངོས་ཁམས་
 རིག་པ་པ་དག་ཀྱི་ཆེན་མོ་ཁུ་ར་རྩེ་ལེན་སིན་ཟེ། དེང་རབས་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོ་ཤིན་ཏུ་
 མང་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཚད་རྒྱལ་རིག་པའི་གོ་དོན་དང་ཤར་ཚུགས་སློག་སྒྱུར་རིང་
 ལུགས་པའི་བསམ་གཏན་པ་དག་གི་གོ་དོན་གཉིས་ཤིན་ཏུ་འདྲ་བར་རྟོགས་སོ། །
 ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་ལོ་སྟུམ་ཚུའི་རིང་ལ་འཛམ་གླིང་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཚད་རྒྱལ་
 རྒྱས་བྱགས་རིག་པའི་མཁས་པའི་དབང་པོར་བཞི་བའི་ལོན་ཏོན་ལེ་ཁུ་ལྷེ་ཁུ་སྟོབ་
 གྲུ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཀྱན་དུ་ལེ་ལོ་མོ་ཞེས་པ་ལ་དབྱིན་ཇིའི་ལྷིས་ལྷིས་སེBBC རྒྱང་
 ཐོན་ཁང་གིས་ཆེད་དུ་བཙར་འདྲི་བྱས་རྟེ་ཚད་རྒྱལ་རྒྱས་བྱགས་རིག་པའི་གནད་དྲིས་
 པ་ལ་ལན་བཏབ་པའི་ཐེས་སུ་འདྲི་བ་པོན་ཟེ། རྒྱང་གི་བཤད་པ་འདི་རྒྱམས་ཤར་
 ཚུགས་པའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་དང་ཤིན་ཏུ་མཚུངས་རྟེ། བསམ་གཏན་པའི་སྟོབ་མ་
 རྒྱམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་དང་ཤིན་ཏུ་མཚུངས་པའི་གོ་དོན་དག་རྟོག་པོར་བསམ། རྒྱང་གི་



བསམ་ཚུལ་འདི་ས་ཤར་ཕྱོགས་སྒྲོག་ཕྱུར་རིང་ལུགས་པ་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་བྱས་འདུག་པ་
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་སམ། ཞེས་དེས་པ་ལ། ཁོ་ན་རེ། ལོ། དེ་ལྟར་ཡིན་ཤས་ཆེ། འོན་
 །ཀྱང་གོ་དོན་འདི་ནི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་འང་སྤར་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། ཞེས་སྒྲུས་
 མོ། །བསམ་གཏན་པ་ཞེས་པ་ནི་སློབ་དཔོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་འགྲུ་ཉུ་སྤེལ་པའི་
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མོ། །དབྱིན་རིའི་རིགས་གསར་པ་དེ་མེ་མི་དང་མེལ་ལང་
 གཉིས་ཀྱིས་བརྒྱམས་པའི་རིགས་གསར་གྱི་གཞུང་ལས། ཚད་རྒྱལ་རྒྱས་ཤུགས་
 རིག་པ་འདི་ལ་ཤར་ཕྱོགས་སྒྲོག་ཕྱུར་རིང་ལུགས་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་
 རྒྱབ་སྐྱོར་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་། ཞེས་དང་། ཚད་རྒྱལ་རྒྱས་ཤུགས་རིག་པ་དར་ནས་རིང་
 བོ་མ་ཡོན་པའི་དུས་ནས། དངོས་ཁམས་རིག་པ་པ་གིན་ཏུ་མང་བོ་དག་གིས་ཚད་
 རྒྱལ་རྒྱས་ཤུགས་རིག་པའི་གོ་དོན་གྱི་ཆ་ཤས་སམ་རིལ་བོ་དེ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་
 པའི་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་བ་ཐུན་མོང་པ་དེ་གཉིས་ཆེས་གིན་ཏུ་མཚུངས་པར་གྱུར་
 བཞིན་དུ་ཤེས་མོ། ཞེས་ཟེར་རོ། དེ་ལྟ་བུ་གཞན་ཡང་གིན་ཏུ་མང་ངོ་། །

དེས་ན་ཡུལ་དབུས་སུ་བསྟན་པ་འཛིག་པ་ན་རིགས་གསར་མ་དར། ད་ལྟ་གིན་ཏུ་
 དར་པའི་ཆོ་ན་ནི་དེ་དག་གི་རིགས་པའི་གཙོ་བོ་ལྟོས་གྲུབ་སྒྲུབ་དང་ཚད་རྒྱལ་རྒྱས་
 ཤུགས་རིག་པ་སྒྲུབ་པའང་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཆེས་དམའ་ཤོས་དག་གི་ནང་དུ་ཐེ་
 མིག་ཏུ་ཡུལ་ཤོང་བ་བཞིན་དུ་སོང་བར་མ་ཟད་གྲུབ་མཐའ་དེ་དག་གི་རྒྱབ་བྱེད་ལྟ་
 སུར་གྱུར་འདུག་གི་གཞོད་བྱེད་ཅིག་བཅུལ་ཀྱང་མི་སྤང་ངོ་། །དེས་ན་རིགས་གསར་
 ཀྱིས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་སུན་ཕྱུང་ངོ་སྤྲུལ་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསུང་རབ་ཀྱི་
 དགོངས་པ་དང་རིགས་གསར་གྱི་རྣམ་གཞག་གཉིས་ཀ་མ་ཤེས་པའི་རང་གི་ནང་ཆ་
 བསྟན་པ་ཅམ་དུ་ཟད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་མཁས་པ་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། རང་རེའི་སྟོན་པའི་ཆོས་ལུགས་

འདི་ལ་གཞིའི་གནས་ལུགས། ལམ་གྱི་བགྱོད་ཚུལ། འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་སོགས་
ལ་བཤད་པའི་ཆ་གང་ནས་ས་ཡན་སའི་རིགས་པ་ལ་ངོ་གནོད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་
ངེས་པར་མེད། དེར་མ་ཟད་གནད་གང་ཡིན་ལ་ས་ཡན་སའི་རིགས་པ་ཅིག་མང་དུ་
བྱེད་ཅུས་པ་ཡོད། ཅེས་པ་ནི་ཕྱོགས་གཉིས་ཆར་མཁྱེན་པའི་ནུམ་དབྱེད་གྱི་མཐུ་
ལས་བྱུང་པའི་གཞུང་པོའི་གཏམ་དུ་སྤང་ངོ། གལ་ཏེ་རིགས་གསར་དར་བས་རྒྱ་གར་
དུ་ཆོས་ལུགས་རྒྱབ་པ་ཡིན་ན། དེང་སང་རྒྱ་གར་དུ་བྱི་རོལ་པའི་ཆོས་ལུགས་དག་
ཀྱང་ལྷག་མ་ཙམ་ཡང་མ་ལུས་པར་གྱུར་དགོས་ཏེ། དངོས་པོ་སྟོབས་ལུགས་ཀྱི་
རིགས་པ་ལ་རྩ་བ་བརྟེན་པའི་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཡང་སྡོ་མོ་དེ་ཙམ་ནས་སྟབ་པར་
བྱེད་ཅུས་ན། གཞན་དག་ནི་ད་ལྟ་རིགས་གསར་འདི་ཙམ་ཞིག་དར་བའི་ཆེ་ལྷ་ཅི་
སྟོས། འོན་ཀྱང་། དེང་སང་རྒྱ་གར་ན་ཉིན་རྒྱུ་ཆོས་ལུགས་གཅིག་ལུ་རྗེས་
འབྲངས་ཀྱང་དུང་ལྷུང་དུ་མ་འདུག་གོ།

ཡང་ན་དེ་དག་གིས་འཇིག་རྟེན་འདི་དབང་ལྷུག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་པ་སོགས་
གང་སྐྱས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་ཅན་ཡིན་ཞེས་ནི་ཁྱོད་མི་སྦྲེལ།
གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཟེར་བ་ལྟར་ན་རིགས་གསར་གིན་རྩ་དར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ན་
ཆོས་ལུགས་གཏན་མེད་དགོས་ཀྱང་། དེ་དར་བའི་ཅེར་སོན་པའི་སྟོན་ཐོན་གྱི་རྒྱལ་
ཁབ་དག་ན་ཕྱི་ནང་གི་ཆོས་ལུགས་སྡེ་ཆོགས་པ་བག་ཡངས་སུ་སྦྱོད་ཅིང་འདུག་པས་
མངོན་སུམ་དང་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེར་མ་ཟད་དེང་དུས་རིགས་གསར་གྱི་
འབྱུང་ཁུངས་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ནས་མི་གིན་རྩ་མང་པོ་ནང་པའི་ལྟ་བ་
སོགས་ལ་ཆེར་དགའ་ཞིང་འདུན་པ་ཡིན་ཏེ། ཨ་རིའི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་རབ་
འབྲམས་ཀ་ལུ་ར་ན་རེ། ཉེ་བའི་ལོ་ཉི་ཤུའི་རིང་ལ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ལུལ་དུ་གར་



རྩོགས་ལྷོག་གྲུ་རིང་ལུགས་ལ་གིན་ཏུ་དགའ་སྤྱོད་ཕྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཞེས་དང་།
 ཤར་རྩོགས་པའི་བསམ་ཚུལ་ལ་མི་ཏུ་ཅང་མང་པོས་དགའ་སྤྱོད་ཕྱེད་པ་ཞིན་པ་ཡིན་ཏེ།
 དེར་སང་ནི་ཏིང་འཛིན་སྒྲོམ་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ལ་འབྱུང་བཞད་དང་སོམ་ནི་
 བྱེད་མཁན་མི་འདུག་ལ། རིགས་གསར་པ་དག་གིས་ཀྱང་སྤར་ལས་ལྷག་པར་ལྷོག་
 གྲུ་རིང་ལུགས་ལ་ཆེས་ཆེར་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཞིན་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ཟེར་བ་བཞིན་
 དུ་ནི་ཆར་རིགས་གསར་པ་དག་གིས་ནང་པའི་མཁས་གྲུབ་རྣམས་དང་བཞུ་སྐྱེད་
 ཐེངས་དུ་མར་བྱས་ཏེ་ཁོང་ཅག་ལ་བྱ་མཆོད་ནས་གླིང་གསར་པ་རྟེན་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་
 རྐྱེད་བྱུང་ཟེར་རོ། །

དེར་མ་ཟད་སྤར་ནས་ཀྱང་དེར་རབས་རིགས་གསར་གྱི་པ་ཡབ་ཅེས་པའི་སྟན་
 གཤགས་ཐོབ་པའི་རྒྱབས་ཆེན་གྱི་རིགས་གསར་པ་ཨན་གི་ཐན་གྱི་ཆོ་མཇུག་གི་ཡིག་
 འཛིག་ལས། གལ་ཏེ་ཆོས་ལུགས་དང་ས་ཡན་སི་Scienceགཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུལ་སོ་
 སོར་བྱེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་། ད་དུང་འདི་གཉིས་ཀྱི་པར་དུ་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་
 པ་དམ་ཟབ་ཡོད་ཅིང་། ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་པའི་འབྲེལ་པ་ལུགས་
 དྲག་ཡོད་དོ། །

ས་ཡན་སི་དང་མི་ལྟན་པའི་ཆོས་ལུགས་ནི་ལོང་པ་ཡིན་ལ། ཆོས་ལུགས་དང་མི་
 ལྟན་པའི་ས་ཡན་སི་ནི་ཞ་འཐེང་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། ས་ཡན་སི་མི་ལྟན་པའི་ཆོས་
 ལུགས་ཞེས་པ་རིགས་པ་མེད་ཅིང་དད་པ་ཙམ་གྱིས་འཇུག་དགོས་པ་དག་ཡིན་གྱི།
 བང་པའི་ཆོས་ལུགས་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོང་གིས་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ལ་བསྒྲགས་
 བརྗོད་ལྷག་པར་བྱེད་དེ། ཁོང་ན་རེ། མ་འོངས་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་
 ཁམས་ཀྱི་བྱུང་པར་དང་ལྟན་པ་ཞིག་སྟེ། འཛིག་རྟེན་བྱེད་པོ་དང་། ལུང་ཙམ་འཛིན་
 པ་དང་། ལྟའི་རིག་པ་དག་ལས་འདས་གིང་། བརྗོད་བྱ་རང་བྱུང་ཁམས་དང་། རྣམ་

ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དག་འདུས་ལ། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་ལྡན་པའི་བསམ་
 ཚུལ་ཞིག་ལ་གཞི་བྱས་ཏེ། དངོས་པོ་དང་རང་བྱུང་ཁམས་རྣམ་ཤེས་དང་བཅས་པ་
 སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་དོན་སྤྱིར་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ཏེ། བྱང་བསྟན་འདི་ནི་ཚུལ་དེ་
 དང་མཐུན་ནོ། །ཞེས་དང་། གལ་ཏེ་ཆོས་ལུགས་གང་རུང་ཞིག་གིས་དེང་རབས་
 རིགས་གསར་ཀྱི་རེ་འདོད་ལ་ཁ་གཏད་བྱེད་ཐུབ་པ་དེ་ནི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་
 ནོ། །ཞེས་སྒྲུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དབྱིན་ཇིའི་མཚན་ཉིད་རིག་པ་པ་Bertrand Russell 罗素 བེ་ཐུན་རྟ་ར་སེལ་
 ཞེས་པ་ནི་པེར་རྩོམ་རིག་བྱ་དགའ་ཐོབ་ཅིང་། ཆེས་སྙན་གྲགས་ལྡན་པའི་བསམ་སྒྲོ་
 པ་སྟེ། མི་རྣམས་ཀྱིས་དུས་རབས་གཅིག་གི་མཁས་པ་ཞེས་འབོད་པ་དེས། ཆོས་
 ལུགས་ཐམས་ཅད་ལས་འདྲེ་གྱིས་ཆེས་ཡི་རངས་བྱ་བ་ནི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་
 ཞེས་སྒྲུས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ཆེས་རྒྱུལ་ཆེ་བའི་བསམ་
 སྒྲོ་བར་བགྲང་བའི་སེ་སྤྱིའི་དངོས་ཁམས་རིག་པ་པ་ཀ་རོ་གོས་ཅུ་ཏྟོན་ཏྟོན་Carl
 Gustav Jung 荣格གིས་ཀྱང་ནང་པའི་ཆོས་ལས་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་གྱི་སྒྲོར་
 ལ་བསྟན་པ་བརྗོད་ཆེན་པོ་བྱེད། ཁོང་ཉིད་ཀྱི་གསར་མཐོང་དག་ཀྱང་འདི་ལ་བརྟེན་
 བས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། ཆེས་རྒྱུལ་ཆེ་བའི་རིགས་གསར་པར་བགྲང་ཞིང་ནོ་
 པེར་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་བྱ་དགའ་ཐོབ་པ་ཨ་རིར་ཐོན་པའི་ཁྱུ་ནག་གི་རབ་
 འབྱམས་པ་དབྱུང་གིན་ལུན་ཡང་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པའི་རིགས་གསར་
 པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཨ་རིའི་གསར་ཤོག་རྒྱ་བཀོད་ལ། ༡༩༥༥ལོར་ཨ་རིའི་ཉེས་
 ཡོག་ཐེག་ཆེན་སྤྱིར་གི་མཚོན་རྟེན་ཆོས་སྟོན་རྒྱལ་བ་ཀྱི་གཏམ་བཤད་ཀྱི་ནང་དུ་དེང་
 བྱང་པའི་ཆོས་ལ་ཡིད་སྤོམ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲུབ། །དེ་འདྲ་བ་



གཞན་ཡང་གིན་རྟུ་མང་སྟེ་མཚོན་བྱེད་ཅུ་མོ། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་རྩལ་ཕྱོགས་སུ་ཡེ་ཤུ་
 ཚོས་ལུགས་པ་དང་རིགས་གསར་པ་དག་ལྟ་བུ་མ་མཐུན་པས་ཕན་ཚུན་སྦྱིང་ནད་
 མང་དུ་བསྐྱངས། དེའི་ཕྱིར་ཚོས་ལུགས་ལ་སྤང་བའི་རིགས་གསར་པ་འདྲ་མ་ཡོད།
 འོན་ཀྱང་རང་རེའི་ཚོས་ལུགས་ནི་ཡེ་ཤུ་པ་སོགས་དང་ལྟ་བུ་སྒྲོམ་པ་སྦྱོད་པ་འབྲས་
 ལུ་བཅས་གིན་རྟུ་མི་འདྲ་བས་ན། ཚོས་ལུགས་ཟེར་ཆད་
 གཅིག་རྟུ་མི་འཛིན་པར་ཁྱད་འབྱེད་པ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཨ་རེ་སྐད་གྲགས་ལྟར་པའི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་རབ་འབྲམས་པ་རྒྱུན་
 མན་Richard P. Feynman རེ་ལྟར་དེ། དོན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་
 གསར་གྱིས་ལྟ་མེད་པར་སྒྲུབ་མི་རུས་སོ། །ཞེས་དང་། རིགས་གསར་གྱིས་ལྟ་མེད་
 པར་འགྲུབ་པའི་ཐབས་མེད་པ་འདི་དང་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་ངེས་པར་དུ་འབབ་སྟེ། རིགས་
 གསར་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་རྟུས་མཚུངས་སུ་ལྟ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་ལ་འདྲ་འགལ་
 པ་མེད་དེ། དེད་ཀྱི་ངོ་ཤེས་པ་དག་གི་ནང་ན་ལྟ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་པའི་རིགས་
 གསར་པ་གིན་རྟུ་མང་པོ་ཡོད་དོ། །ཞེས་སྒྲུས་པ་བཞིན་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །
 ཡང་ཁོ་ན་རེ། འོན་ཏེ་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ནི། མཁས་སློན་སླས་ཀྱང་གསར་
 དར་གྱི་ཚན་ཚན་རིག་པར་རྟོག་པར་མ་བྱས་ཤིང་། ལུང་གི་ཁ་འཛིན་སྟོག་ལས་ཀྱང་
 གཅིས་པར་འཛིན་པས། དེའི་མཇུག་འབྲས་ལ་མཐོང་ཐོས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བའི་
 རིགས་གསར་ལ་བསྟོན་དུ་འདིང་བ་དང་། རང་དང་བསྐྱལ་བའི་བདེ་ལྡན་གྱི་ཞིང་དུ་
 སྦྱེ་ཕྱིར་བྱག་དང་སྒྲོར་བ། མཚོད་པ་དང་རྟེན་བཞེངས་སོགས་རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་
 ལ་ཤ་ཐང་དུ་འབད་བཞིན་མཆིས། ཞེས་ཟེར། འདི་ནི་དགེ་འདུན་ཚོས་འཇེལ་གྱིས་
 སྐབས་དེའི་གང་ཟག་འགའ་རེའི་བསམ་པའི་གཉེན་པོར་དགོས་པའི་དབང་གིས་
 བོད་དག་ལ་བཀའ་བརྒྱན་ཅུང་ཟད་གནང་འདུག་པ་དང་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་

ལོ་རྒྱུས་སྒྲིམ་པ་དེར་ཚིག་དོན་གཉིས་ཀའི་སྒྲོ་ནས་རྗེས་སྒྲིམ་དང་དཔེ་ཚད་བྱེད་ཀྱིས་
 བཀྲིས་པ་ཡིན་མོད། ལུང་གཅེས་པར་བཟུང་བས་རིགས་གསར་ལ་བསྟོན་འདིང་
 ཞེས་པ་ནི་གཞུ་ལམ་སྟེ། རང་རེ་བོད་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་བཅུ་ཆར་ཡང་རིགས་
 གསར་པས་རིགས་པ་ཡང་དག་གི་ལམ་ནས་གསར་མཐོང་བྱུང་བའི་གྲུབ་དོན་དག་
 དང་འགལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་ན། དེ་གཅེས་པར་བཟུང་བས་མཐོང་བོས་མངོན་སྲུང་ལ་
 བསྟོན་འདིང་བ་ཅི་ཞིག་འདུག རིགས་གསར་དར་བའི་ཆེ་ནི་རིག་གཞུང་རྒྱུང་པ་
 ཐམས་ཅད་འདྲར་དགོས་སྒྲུལ་པ་ནི་ཁྱོད་རང་རིགས་གསར་ལ་མོད་སྒྲུབ་དང་བྱེད་ཆེས་
 བས་ཡིན་གྱི། རྒྱ་མཚན་ནམ་དག་སྐྱ་རྒྱ་ཡོད་མེད་ནི་ཤིན་ཏུ་གསལ་བོར་ཤེས་
 གོ། །རིགས་པས་གྲུབ་པ་ནི་གསར་རྒྱུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
 ཡིན་པས་དེ་མ་ཡིན་ཞེས་བསྟོན་ག་ལ་འདིང་། འོན་ཀྱང་རིགས་གསར་སྐྱུ་པའི་གང་
 ཟག་དག་གི་ལྟ་བུ་ལ་ནི། མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ཐེ་ཚོམ་དང་ལྷ་
 ཚུགས་མཁྲེགས་བཟུང་གི་བསམ་ཚུལ་དང་སྐྱ་རྒྱུ་ཡང་མང་དུ་ཡོད་པ་རིགས་
 གསར་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཕྱི་མིག་བལྟས་པས་གསལ་ཐག་ཚད་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་
 ཉིད་དོ། །

དེ་ཡང་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་རིགས་གསར་པ་དང་མཚན་ཉིད་རིག་པ་པ་ཐང་མ་ནི་
 ཁང་ལུན་ཞེས་པས་བྱིས་པའི་རིགས་གསར་གྱི་གསར་པ་རྗེས་སྐྱབ་ཚུལ་ཞེས་པའི་དེབ་
 ལས། རང་ཅག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ། རིགས་གསར་ཞིབ་འཇུག་གིས་རང་རེ་
 དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྗེ་བས་རྗེ་ཉི་རུ་བྱེད་དོ་སྒྲུལ་དུ་སེམས་མོད། དེ་ལྟར་མ་
 ཡིན་ཏེ། རང་ཅག་གི་གལ་ཆེ་བའི་ལྟ་བུ་དག་བསྒྲུར་བཅོས་བྱ་དགོས་པ་དང་འབྲད་
 པའི་སྐབས་སུ། དཔེར་ན། ཉིས་ཏུན་གྱི་ལྟ་བུ་ནས་ལྟོས་གྲུབ་སྐྱུ་པའི་ལྟ་བུར་སྐྱར་



པའི་ཚེ། གཞི་རྩའི་ཐོག་གི་འགྲུར་ཤོག་ཅིག་སྟེ། ལྟ་བུ་གཞན་ཞིག་ནས་གཞན་ཁོ་ན་
 ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་བས་ན་སྤར་གྱི་དེ་རེ་ལེགས་སུ་བཏང་ཞེས་པའི་ཚིག་གིས་བརྗོད་དུ་
 མེད་དེ། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་གཞན་ཞིག་ནས་གཞན་ཞིག་ཏུ་བྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ནམ་འཇིག་རྟེན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་
 ཅེས་བྱ་བ་དེ་དོན་ལ་ཡོད་དམ་མེད་སྟུམ་དུ་སོམ་ཉི་ཟ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་བ་
 བཞིན་དུ་རིགས་གསར་སྐྱ་བ་སྐྱ་མ་དག་གིས་ཡིན་ཐག་བཅད་ནས་མི་མང་བོས་
 གསར་མཐོང་ཆེན་པོར་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་དག་གིས་སུན་ཡུང་ནས་མིན་པར་བྱས་པ་ཤིན་
 ཏུ་མང་ངོ། །དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟའི་ལྟོས་གྲུབ་དང་ཚད་རྒྱལ་རྒྱས་ཤུགས་རིག་པ་གཉིས་
 པོའང་རིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཅིག་ཡིན་མིན་ཁོང་ཅག་གིས་ཀྱང་གེ་ཚོམ་བྱེད་དོ། །
 གཞན་ཡང་ཨ་རིའི་མཁས་པ་དག་གིས་ཚོད་བལྟ་བུས་ཏེ། རྒྱ་གྲགས་ཅན་གྱི་
 རིགས་གསར་དུས་དེ་བ་དག་གི་ནང་དུ་བཀོད་པའི་རིགས་གསར་དཔྱད་ཚོམ་རིགས་
 གསར་པ་དག་གིས་ཁས་སྐྱེས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཅན་དག་དཔེ་བཤུས་ཏེ། ཚོམ་པ་
 པོའི་མིང་རྣམས་ཡོངས་སུ་མ་གྲགས་པའི་མིང་གཞན་དུ་བསྐྱར། ཞིབ་འཇུག་བྱ་ཡུལ་
 གྱི་མིང་ཡང་བོད་དང་ཐུར་ཁེ་སོགས་དེ་འདྲའི་ཞིབ་འཇུག་བགྱིད་པ་མེད་སྟུམ་བྱེད་
 པའི་ཡུལ་གྱི་མིང་དུ་བསྐྱར་ནས་སྤར་དུས་དེ་བ་དེ་དག་ཏུ་བསྐྱར་བས། དཔྱད་ཚོམ་
 ཚར་བརྟུ་ཐམ་པ་ལས་བརྟུད་ཅུ་དེ་ཕྱིར་བསྐྱོགས་ཏེ། ཕྱིར་སྐྱོག་དགོས་པའི་རྒྱ་
 མཚན་དུ་ཁོང་ཅག་ན་རེ། འགའ་ཞིག་ནི་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐྱངས་མ་འགྲིག་ས།
 འགའ་ཞིག་ནི་རྒྱ་མཚན་ལྟར་སྤར་ལ་བརྟེན། འགའ་ཞིག་ནི་རང་གི་འདོད་ལྟོགས་སུ་
 བྱིད་འདུག་ཅེས་དང་། དེར་མ་ཟད་འགའ་རེའི་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རེད་ཅེས་ཀྱང་
 ཟེར་ཏེ། སྒྲིན་སྒྲིན་ཚོགས་འདོགས་པར་བྱེད་དོ། །སྤར་རིགས་གསར་པའི་མཁས་པ་
 དག་གིས་ཡང་དག་ཏུ་ཁས་སྐྱེས་ནས། ད་ལྟ་སྐོ་བུར་དུ་སྒྲིན་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཅིའི་

ཕྱིར་བྱུང་། དེས་ན་རིགས་གསར་གྱི་རིགས་པས་གྲུབ་པ་དང་རིགས་པ་དེ་སྐྱོ་བ་པོའི་
 ཞེ་འདོད་གཉིས་མཐུན་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་གྲེས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟ་བུ་མང་ངོ་། །
 དེ་ལྟར་གྲེས་པར་བྱས་ནས་ད་གཟོད་ཁོ་པོ་ཅག་གི་གཞུང་ན་རིགས་གསར་གྱི་
 རིགས་པ་རྣམ་དག་གི་གྲུབ་དོན་ལ་བསྟོན་འདིང་བའི་ཞིག་འདུག་གསལ་པོར་སྒྲིམ་
 ཤིག་གལ་ཏེ་ཁོ་ན་རེ་ཡོད་དེ། བད་པའི་གཞུང་ལས་རི་རབ་གླིང་བཞིའི་ཆགས་རྒྱལ་
 སྤྱོད་པ་དེ་རིགས་གསར་པས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།
 རིགས་གསར་པས་མཐོང་བ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆ་ཡོད་པ་བདེན་མོད། དེ་ཅམ་གྱིས་
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་འགལ་ལོ་སྟམ་པ་ནི། ཁྱེད་ཅག་གིས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་
 མ་གྲེས་པར་ཟད་དོ། ཁོ་ན་དགོངས་པ་གང་ཞེ་ན། མདོ་ལས་བོ་ཆེ་ལས། ཇི་ལྟར་
 རི་མོ་གཟུགས་ཀྱིས་རྣམས། རི་མོས་ལས་ཀྱིས་བྲིས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་ཞིང་
 རྣམས་འདི་དག་ཀྱང་། སེམས་ཀྱི་རི་མོར་བྲིས་པ་ཡིན། ཞེས་དང་། ཇི་ལྟར་ས་
 བོན་ཁྱད་པར་གྱིས། འབྲས་ལུ་སྒྲ་ཆོགས་སྤང་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་ལས་ཀྱི་ཁྱད་
 པར་གྱིས། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་ཞིང་འབྱུང་ངོ་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་དཀར་ནག་གི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཕྱི་རོལ་སྟོང་གི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤང་
 བ་སྒྲ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་གྲུང་གཞུག་ཅིག་ལ་ལྟ་མི་ཡི་དྲགས་རྣམས་
 ཀྱིས་བལྟས་ན་བདུད་ཅི་ཅུ་རྣག་ཁྲག་ཏུ་སྤང་བར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟ་
 ལུངོ། ལས་སྤང་དེ་འད་གཅིག་གིས་ཆ་ཞིང་སྟག་པའི་མེར་སྤང་བ་དེ་གཞན་གྱིས་
 ཟས་སུ་སྤང་བ་ལ་སྟགས་པ་ཤིན་ཏུ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ལྷའི་ལྷས་སྤྱོད་
 པ། བག་ཆགས་ཇི་ལྟར་བལྟས་ཀྱང་རི་དང་རྒྱ་མཚོ་དང་། ཉི་མ་དང་ལྷ་པོ་ལ་སྟགས་
 པ་སྤྱོད་འབྲས་པ་ལྟར་གྱུར་བ་སྤང་ག་ལ་རུང་། འཇམ་དབལ་གྱིས་སྤྱོད་པ། ལྷའི་



བུ་སྒྲུང་དུ་རུང་སྟེ། གྲོང་ཁྱིམ་ཆེན་པོ་མ་རྒྱུ་མྱོན་པའི་བུ་བས་རང་
 གི་ལུས་སྟག་ཏུ་བསྒྲོམས་པས་གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་སྟག་ཏུ་མཐོང་ནས་བྱོས་
 པས་གྲོང་ཁྱིམ་སྤྱང་བ་བྱུང་ངོ་། །ཟད་པར་ས་ཚུ་བསྒྲོམས་པས་ས་དང་རྒྱུ་སྒྲུང་
 བ་དང་རྒྱལ་འབྱོར་སྤྱད་པའི་དག་སྤྱོད་གིས་མི་གཙང་བ་དང་རུས་གོང་གི་འདུ་ཤེས་
 བསྒྲོམས་པས་དེར་སྤྱང་བ་ཡིན་ན་ཐོག་མ་མེད་པའི་བག་ཆགས་བརྟམས་པས་ཅི་སྟེ་མི་
 སྤྱང་། ལྷའི་བུས་སྤྱུས་པ། བག་ཆགས་བརྟམས་པའི་དབང་གིས་རྣམ་པ་སྤྲ་ཆོགས་པ་
 དག་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྱང་བ་ཡིན། འཇམ་དཔལ་གྱིས་སྤྱུས་པ། སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་མ་ངེས་
 པ་ཡིན་ཏེ། ལ་ལའི་སྤྱང་བ་ནི་ལ་ལའི་ཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟར་ས་འབང་ཞིག་
 ལའང་། ས་ལ་སར་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། རྒྱལ་སར་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། རྒྱལ་
 བདུད་ཅིར་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། རྒྱལ་གནས་སུ་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། རྣམ་
 མཁའ་ལ་རྣམ་མཁའ་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། རྣམ་མཁའ་ལ་གནས་སུ་འདུ་ཤེས་
 པའང་ཡོད། རྣམ་མཁའ་ལ་སར་འདུ་ཤེས་པའང་ཡོད། དེ་བས་ན་ངེས་པ་མེད་པའི་
 ཕྱིར་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་གང་ལྟར་ཡང་སྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་
 ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། བདེ་བར་གསེགས་པས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོད་དབྱིབས་མི་
 འདྲ་བ་སྤྲ་ཆོགས་ཤིག་མདོ་རྒྱུད་དག་ལས་གསུངས་པའང་དེ་ལ་དགོངས་ནས་
 གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་དཔོན་སང་གི་བཟང་པོའི་ཞལ་ནས། མཆོའི་མཐའ་ན་
 འཇམ་བུའི་ཤིང་གནས་པས་ཉེ་བར་མཆོན་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་རྒྱའི་ནང་ན་གནས་
 པའི་ངོས་ཀྱི་ཆ་སོག་ཀའི་ངོས་གསུམ་ལ་ནི་སྤྱོད་ཐུག་གཉིས་གཉིས། གཅིག་ལ་
 དབག་ཆོད་ཕྱིད་དང་བཞི་བཅས་པ་ནི་རྒྱ་ཞིང་གི་ཆོད། དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་མདོན་
 པ་གཅིག་ལས་བསྟན་ཏོ། །

འཇམ་བུའི་གླིང་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་གཞག་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་ལས་རྣམ་པར་

གཞག་པའི་ཚད་གིན་ཏུ་མི་འདྲ་སྟེ་ཞེས་དང་། དེ་ལྟར་ན་རི་ལྟར་གཞན་དང་གཞན་
མི་འགལ་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ། གང་གི་ཕྱིར་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་མ་གྲུབ་པས་ཀྱང་
རྫོབ་ཀྱི་སོ་སོར་སྒྲུབ་པ་ལ་གྱིང་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ། རི་ལྟ་རི་ལྟར་སོ་སོར་སྒྲུབ་པ་དེ་
ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ་འགལ་བ་མེད་དོ། །ཞེས་དང་། ཏུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་
འབྲེལ་ཆེན་དྲི་མེད་འོད་ལས། ད་ནི་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་
པའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་གསུངས་བ་སྤྱད་པར་མཛད་པ་པོ་
འཇམ་དཔལ་གྱིས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བརྟུ་བ་ལ་སོགས་པས་མཆོག་གི་དང་པོའི་
སངས་རྒྱས་ལས་བསྐྱབ་པ་རྒྱུད་གི་མཐའ་ནས་ལྟན་པོའི་མཚམས་ཞེས་པ་ལ་སོགས་
པ་དེ་ཉིད་བདག་གིས་དགོལ་བར་བྱའོ། །རྒྱུད་གི་མཐའ་ནས་ལྟན་པོའི་མཚམས་སུ་
དཔུལ་བ་གདེངས་ཅན་གྱིང་ཁྱེད་ལ་ནི་དཔག་ཚད་འབྲུམ་ཐུག་གཉིས་ཞེས་པ་ལ་
འདིར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཀྱང་རྫོབ་ཏུ་མོས་པ་སྤྲེ་ཆོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པའི་
དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གསུངས་གིང་རབ་
ཏུ་སྤྱང་ངོ། །

དོན་དམ་པར་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ལ་ཚད་དང་དཔངས་མེད་དེ་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་སྟེག་པའི་དབང་གིས་སོ། །འདིར་ཐུག་ཁྱེད་པའི་ཚད་
གང་ཏུ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་འཇམ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་གནས་པའི་ཐུག་
དེར་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ་དེའི་མཐུ་དང་རྩ་འབྲུལ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་
འཁོར་ལོས་སྦྱར་བ་སྟེ་དང་བཅས་པ་འོངས་གིང་རབ་ཏུ་འཇུག་སྟེ་དེ་སྤྲུལ་གྱང་མ་
བསྟེན་ཅིང་ཐུག་དེར་ཞུགས་པའི་འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་སྟེ་ཡང་དོག་པ་ཉིད་མ་ཡིན་
ནོ། །དོན་དམ་པར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་གྱུང་དེ་བཞིན་རིག་པར་བྱའོ། །



ཞེས་དང་། གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་མཛོད་གྱི་འདོད་པ་དང་།
 རིག་བྱེད་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའི་བསམ་པས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ་དང་། ཚངས་པའི་
 ཡུལ་ས་གཅིག་ནི་དཔག་ཚད་བྱེད་པའི་ཁྱོད་ནོ་ཞེས་རྒྱན་དུ་སྦྲུ་བའི་ཕྱིར་ཉི་མའི་གིང་
 རྟ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་སྤྲད་དུ་ཚངས་པའི་ཡུལ་སའི་ཚད་དེ་རྣམ་
 པར་ག་ཞོམ་པའི་དོན་དུ་གཟུང་དང་ཕྱིས་དང་ཁྱིམ་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་ལྡན་པའི་འཇིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་རབ་དུ་བཞོད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཚད་འདི་ལ་སངས་རྒྱུས་པའི་
 མཛོད་མཐོང་ནས་འབྲུལ་བ་འདི་མི་བྱ་ལྟེ། ཇི་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་འཇིག་
 རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་འབུམ་ཕྱག་སུམ་ཅུ་སོ་དུག་ལྟག་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་
 གྱི་ཁམས་དཔག་ཚད་འབུམ་ཕྱག་བཞིའི་ཚད་དུ་གསུངས། འདིར་བཅོམ་ལྡན་
 འདས་རྒྱན་གསུངས་པ་པོ་ཡིན་ནམ་ཅི་ཞེས་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་པར་གྱུར་ན་དེའི་
 ཚོག་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་ཁས་སྤང་བར་མི་བྱ་ལྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་བའི་དབང་
 གིས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཡང་། སེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཚོགས་པ། གྲུབ་མཐའ་སྣ་ཚོགས་རིག་
 པ་པོ། །སྣ་ཚོགས་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །ཤིས་པའི་ང་རྒྱལ་ཁེངས་པ་ན། །དེ་དག་
 རང་བཞིན་གྲུབ་མཐའ་ལ། །ཇི་སྤྱིད་རིགས་པ་མ་བསྟན་པ། །དེ་སྤྱིད་ཁེངས་པ་
 ཅན་དེ་དག་ །ཀྱན་མཁྱེན་གྱི་ཡང་དབང་མི་འགྱུར། །སེམས་ཅན་པན་ལས་མི་བདེན་
 པ། །བསོད་ནམས་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །གཞན་ལ་གནོད་ལས་བདེན་པ་
 བློ། །མནར་མེད་ལ་སོགས་རབ་དུ་ལྟེར། །གཏོང་བ་པོ་མིན་ཡི་དུགས་གྱིས། །ཁྱིམ་
 གྱི་གནས་ནི་རིར་མཐོང་ལྟེ། །སྤྱིག་པ་བྱེད་པ་དག་གིས་ཁྱིམ། །ཁབ་ཅེ་རི་ཡི་རྣམ་
 པར་རོ། །ས་འོག་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་གྱུར་ཅིང་། །ལྟ་མོ་རྣམས་ཀྱི་གྲོང་འགྲོ་བ། །གྲུབ་
 པ་རྣམས་གྱིས་རབ་བརྟན་ས། །ཀྱན་ནས་སུག་པ་བཅས་པར་མཐོང་། །ཞེས་

གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་ཚད་བཙོམ་ལྟ་བུ་འདས་ཀྱིས་
 གསུངས་པ་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་སེམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་
 རབ་རྒྱ་སྤར་བ་སྟེ། དེ་བཞིན་གསེགས་པས་མཛོན་པར་ཞེན་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་
 ཁམས་གཟིགས་ནས་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པའི་ངོ་བོས་དངོས་པོའི་ཚད་གསུངས་པ་
 བྱི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་ཐུག་པ་བྲུ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་འང་འཁོར་ལོས་སྤྱར་བའི་
 རྒྱལ་པོའི་འཁོར་དང་བཙས་པ་དོག་པ་མེད་པར་གནས་པ་དང་། བྱིས་གང་དུ་
 བཟའ་བཏུང་ཡོངས་སྟོན་ཐུན་སྤྱོད་ཆོགས་པའང་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ཡང་མེད་
 པའི་རི་རྒྱམ་པོར་མཐོང་བ་དང་། ཕྱིག་པ་བྱེད་པ་དག་གིས་ངན་འགྱོར་སྟེས་ནས་
 ཁབ་ཀྱི་ཕྱི་ཡང་རིའི་རྣམ་པར་མཐོང་བ་དང་། ས་འོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་རྣལ་
 འབྱོར་པ་ལ་སྤྱི་ཞིང་མཁྱེགས་པའི་ས་འདི་ཡང་ཐལ་བུང་དུ་འགྱོ་ཆོག་པའི་ཐུག་པ་
 ཅན་ལྟ་བུར་སྤང་བས་ན། དོན་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚད་དང་དབྱིབས་ཞེས་བྱ་བ་མཐའ་
 གཅིག་དུ་ངེས་པ་ཞིག་ནི་མེད་ལ། གནས་སྐབས་སུ་སོ་སོའི་ལས་སྤང་གི་དབང་གིས་
 མི་འདྲ་བ་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཟབ་མོ་འདི་
 བྱི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཁོ་ནའི་བྱུང་ཆོས་ཏེ་རིགས་པའི་སྤྱབ་བྱེད་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་
 རེ་ཞིག་བཞག་གོ། །གཞན་ཡང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
 ལ་ཐུགས་བརྟེན་པས་ཡན་འདོགས་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་
 པ་དང་མཐུན་པར་ཆོས་སྟོན་པའང་ཡིན་པས། ཞོང་དུ་དྲངས་པ་ལས། སེམས་ཅན་
 ཡན་ལས་མི་བདེན་པ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་དུ། སེམས་ཅན་ལ་ཡན་པར་
 འཇུག་ན་ནི་དོན་དང་མི་མཐུན་ཡང་རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་བསྟན་ནས་རིམ་གྱིས་ཡང་དག་
 པའི་ལམ་ལ་བྱིད་པའང་ཡོད། གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་པར་འཇུག་ན་ནི་དོན་



ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་དགོས་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་རྒྱུ་མི་སྟོན་པ་འདྲ་ཡོད་དོ། །
 དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པའི་དབང་གི་ཆོས་སྟོན་པ་ཡིན་པར་བདེ་བར་
 གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡེ་ཤེས་རྒྱས་པའི་མདོ་ལས། དེ་བཞིན་
 གཤེགས་པ་འོད་ཟེར་མཐའ་ཡས་ཀྱི་རྒྱས་སྒྲ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་རྒྱལ་པོ་གཤགས་
 བཟང་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པ་དེས་བྱང་རྩལ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་ལས་བཅུ་མས་ཉེ་ཆོས་
 དང་དགོངས་པ་དེས་འགྲེལ་བསྟན་པ་ཐོས་པ་ན། མི་སྟེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་
 བར་གསུངས་པ་ལ་མོང་གལ་གྱི་བྱས་གསོལ་བ། གང་གི་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་
 པས་མར་མེ་མཛད་ལས་མི་སྟེ་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པོ་ཞེས་བཤད་པ་འདི་རི་
 ལྟར་བལྟ་བར་བཅུ། བཀའ་ལླུ་པ། མོང་གལ་གྱི་བྱ་གང་ཟག་གི་དབང་གིས་
 སངས་རྒྱས་པཅོམ་ལྟན་འདས་རྣམས་ཆོས་སྟོན་པ་གོ་བར་མཛད་དོ། །ཞེས་
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བཀའ་ལ་བྱང་དོན་དང་
 དེས་དོན་འབྱེད་དགོས་ཚུལ་ལང་གཤེགས་དང་དགོངས་པ་དེས་འགྲེལ་སོགས་
 ལས་ཡང་ཡང་གསུངས་ཤིང་། བྱང་དོན་ལ་མི་རྟོན་དེས་དོན་ལ་རྟོན་དགོས་ཚུལ་
 ཡང་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པའི་མདོ་སོཌ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །
 གཞན་རྒྱུ་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པས་ལལ་པོ་ཆེ་དང་། དྲན་པ་ཉེར་བཞག་ མཛད་རྒྱ་
 བྱང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། རྒྱས་འཁོར་སོགས་ལས་འཇིག་རྟེན་
 ཀྱི་ཚད་དབྱིབས་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཅིའི་ཕྱིར་གསུངས། ཕྱི་མ་གསུངས་
 པའི་ཆེ་སྒར་གང་གསུངས་པ་བརྟེན་པ་འམ་བྱང་རྩལ་རྒྱུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཞེས་འདོམ་
 མེད་རྒྱ་སྒྲ་བར་འདོད་ནའང་སྒྲ་མི་རྒྱས་པས་ལེགས་པར་དབྱེད་ཅིག དེས་ན་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་མ་ཤེས་བཞིན་རྒྱ་སྟོན་འདོགས་པར་
 བྱེད་པ་ནི་རང་ཉིད་སྟོལ་ཆེ་བ་མཚོན་པ་ཅམ་རྒྱ་ཟད་དོ། །

རིགས་གསར་པས་འཛིག་རྟེན་འཕུར་གྱུ་བཞུགས་ཏེ་༡༩༥༩ལོའི་ཟླ་བ་དྲུག་པའི་ཆེས་
 ཉི་ཤུ་ཉིན་གྱི་ཕྱི་དྲོར་ཟླ་བའི་མེད་དུ་དངོས་སུ་འབྱོར་ནས་འཕུར་བསྐྱོད་པ་དག་གིས་
 དུས་ཚོད་ཉིར་གཅིག་གི་རིང་ལ་ཉུལ་ཡང་རི་ཐང་ཐམས་ཅད་ཚུན་དང་ཐལ་བའི་
 ཐལ་བ་སྐྱུ་ཐ་ལེ་བ་ཞིག་ལས་ལྟའི་གྲོང་ཁྱིམ་རིན་པོ་ཆེའི་གཞལ་མེད་ཁང་སྐོག་ས་མ་
 མཐོང་མོད། མིའི་མིག་གིས་མ་མཐོང་ན་གཏན་མེད་དུ་མ་ངེས་ཏེ། རང་རང་གི་ལས་
 ལྷང་རང་རང་ཁོ་ན་ལ་སྤང་བ་གོང་བཤད་བཞིན་དང་། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་
 གྱིས་བུམས་མགོན་ཐུག་པར་ཐོགས་ཏེ་བྱིན་ཡང་ལ་ལས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། གཅིག་
 གིས་ཁྱི་རོ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་བ་དང་། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཡུལ་ནས་གོས་དུབ་མཁས་པ་ཞིག་
 མི་མ་ཡིན་དག་གིས་གོས་དུབ་པར་བྲིད་པས་མི་མ་ཡིན་གནས་པར་གྲགས་པའི་རི་
 དེར་གོང་ཁྱིམ་གྱི་བཀོད་པ་བཞུགས་ལས་འདས་པ་མཐོང་། དར་ཟབ་གྱི་གོས་མང་དུ་
 དུབ། མི་མ་ཡིན་གྱིས་བྲིད་པ་གསལ་བར་གྲེས་ཏེ། དེ་དག་གི་དར་ཟབ་རི་ལྟ་བུ་
 ཡིན་བལྟའོ་སྐུ་མ་ནས་དུམ་ཁུ་དག་སྐོ་ཁྱིམ་ཏུ་བཅུག་གོས་དུབ་ཟིན་ཆེ་བའི་བར་ཕྱིར་
 བཏར་། གཉིད་སད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ནས་བལྟས་པས་དར་ཟབ་དག་གོས་ཁེས་ཆོག་
 བཞིད་དུ་འདུག་ འདི་ལྟ་བུ་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་ད་ལྟ་གསོན་པོར་ཡོད་པ་དག་གི་ནང་
 བ་མང་དུ་ཡོད། དེ་དག་གི་གོང་ཁྱིམ་མཐོང་བའི་གནས་དེར་གཞན་གྱི་རོར་རི་སྐྱམ་
 པོ་དེ་ཉིད་ལས་གཞན་གང་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་འདི་གའི་མི་
 གཞན་ཞིག་མི་མ་ཡིན་གྱིས་བརྟུབས་པས་མི་དག་གི་བྱི་བཞིན་དུ་སོང་ཆེ་བར་
 ཐམས་ཅད་མཐོང་ཡང་རྩུར་གཏན་ནས་མི་མཐོང་བ་བདེན་དཔང་སྟོབས་ལུན་དང་
 བཅས་ཏེ་ཡོད་པ་ལྟར་རོ། ཁོན་ཀྱང་འདི་དག་ཡོད་ན་མིག་གིས་མཐོང་བ་སྐོག་ས་
 དགོས་སྐྱམ་པའི་སྐོ་རྒྱ་ཁབ་མིག་ལས་དོག་པ་དག་གི་སྐོ་རོར་གོང་དཀའ་འོ། །མི་



ཤོང་པར་རག་མོད། རོན་ལ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གྲུབ་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་
ནོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། འོན་ཏེ་ཡིད་མངས་པ་ནི་ནང་བསྟན་གྱི་རིགས་ལམ་ཞགས་པ་ནི་ནམ་
ཡང་ཕྱི་མའི་འབེན་ལ་འཕེན་པ་ལས། ཏ་རེས་ཀྱི་འཆོ་ཐོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་
བསམ་པ་མེད་པས། ཐོན་ཐོན་གྱི་གཞུང་ལུགས་སུ་ཇི་ཙམ་སྒྲོག་ཀྱང་། རོན་དུ་བོད་
མི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁུར་དུ་སོང་བ་ནི་སུས་ཀྱང་བསྟན་དུ་མེད་དོ། ། ཞེས་སྒྲུས་
སོ། ། དེ་ལ་ནང་བསྟན་གྱི་རོན་དུ་གཉེར་བུ་ནི་ཕྱི་མ་ཁོ་ན་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་བདེ་བར་
གཤེགས་པའི་རིང་ལུགས་སྤྱི་ལ་གོ་བ་མ་ཆགས་གིང་། ཐ་ན་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། མ་
འོངས་པ་ཡི་འབྲས་མཐོང་ནས། །ཆོས་འདོད་ཆགས་པས་ཁྱོད་ཆགས་ན། །མ་
འོངས་མཐའ་ཉིད་མཐོང་གྱུར་ནས། །འཛིགས་པ་མེད་དམ་ཅི་ཞིག་བྱེད། །སྒྲ་པ་ལྟ་
ལུའི་བསོད་ནམས་ནི། །ནམ་གུན་རྩལ་པ་དང་མཚུངས་འགྱུར། །

ཞེས་པ་ཙམ་ཡང་མ་ཐོས་པའི་གདམ་མོ། །དེས་ན་ནང་པའི་བསྟན་པས་ཕྱི་མ་ཙམ་
རོན་དུ་གཉེར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་པའི་གཙོ་བོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་རང་གི་ཆེད་དུ་ཆོ་
འདི་མ་ཟད་ཕྱི་མ་རོན་དུ་གཉེར་བའང་བཀག་ལ། གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་ཆོ་ཕྱི་མ་ཙམ་དུ་
མ་ཟད་ཆོ་འདིའི་བདེ་བའང་བསྒྲུབ་དགོས་པར་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་
ཆོ་ཕྱི་མ་ཙམ་ལས་ཆོ་འདི་བསམ་པར་མི་བྱེད་ན། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་སྒོལ་བ་
ལམ་གྱི་ཆེན། སེམས་ཅན་འགའ་རེའི་འབྲལ་གྱི་བདེ་བ་ཉི་ཆོ་བ་ཙམ་རེའི་ཕྱིར་དུ་
རྒྱལ་སྤྱི་དང་སྤྱད་དང་ཆུང་མ་ལྟ་ཅི། དེས་དང་སྤྱན་དང་ཡན་ལག་དག་གི་ཡན་
གངས་དབག་དུ་མེད་པར་བཏང་བ་མདོ་སྟེ་དག་ལས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ཞིང་། རྗེས་
འབྲུག་དག་གིས་ཀྱང་ནམ་རུས་པའི་ཆོ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་།
རང་གི་སྒོག་གི་ཕྱིར་དུ་འང་མི་ལྟ་ཅི་ཐ་ན་གོག་སྤར་ཙམ་གྱི་སྒོག་ལ་འང་གཞོད་པ་མི་

བྱེད་པར་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་སེམས་དང་ཐན་བདེ་སྒྲུབ་པར་གསུངས་པ་འདི་དག་
ཅི་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་རང་ཉིད་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཕྱིར་དུའོ་སྒྲུམ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྒྱུན་དང་ཆུལ་སྐྱིམས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱོན་ལ་རེ་བ་ནན་གྱིས་
བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དྲིན་ལན་བསབ་པའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲུན་དབྱེད་ཀྱི་
རིག་པའི་བསྟན་བཅོས་སྒྲོབ་ཅེ་ན། སེམས་ཅན་རྣམས་མི་དགེ་བའི་ནད་བརྒྱ་ཙ་
བཞི་དང་དབུལ་བར་བྱ་བ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་ཤིང་སྙིང་བཅེ་
བའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་རྣམས་དད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་ནད་
དང་བུལ་བས་དགའ་བའི་སེམས་སྐྱེ་བར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལྟར་དགའ་བའི་སེམས་སྐྱེ་
བས། ཏུག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དྲན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོས་སེམས་ཅན་རྣམས་
ལ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྒྲུན་དབྱེད་ཀྱི་རིག་པའི་
བསྟན་བཅོས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་དོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ནི་ཅིའི་ཕྱིར། འཛིག་རྟེན་
ཀྱི་བཟོའི་རིག་པ་སྒྲོབ་པར་བྱེད་ཅེ་ན། སེམས་ཅན་ལ་ཐན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཁོར་
ཟང་ཟིང་རྟེན་སྒྲིབས་སེམས་ཅན་རྣམས་དད་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་རྣམས་དང་།
འཛིག་རྟེན་ཀྱི་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ཀྱན་ཤེས་པས་ང་རྒྱལ་གཞིམ་པ་དང་། སེམས་ཅན་
གཏུལ་བར་བྱ་བ་དང་། སྤྲིད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱིབས་པ་ཀྱན་བསལ་བའི་
ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བཟོའི་རིག་པ་སྒྲོབ་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་དང་། རི་སྐྱེད་
དུ། རྒྱལ་སྐྱས་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྒྲོབ་པའི། །དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་
དང་། དངོས་སམ་ཡང་ན་བརྒྱད་ཀྱང་རུང་། །སེམས་ཅན་དོན་ལས་གཞན་མི་
སྤྱད། །ཅེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་ཐན་གདགས་པའི་



བྱིར་བཞོགས་པ་སོགས་རིག་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་སྒྲོབ་དགོས་པར་གསུངས་ལ།
 ལུས་དག་ཡིད་གྱི་བྱ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་ཡན་པ་འབང་ཞིག་
 གི་ཕྱིར་ཡིན་པ་དང་། དེའང་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 དེས་ན་ད་ལྟེན་གྱི་འཆོ་སྤྲོད་དང་འཕེལ་རྒྱས་ལ་བསམ་པ་མེད་ཅེས་པ་ནི། གསེར་
 དཔལ་དང་གོག་སྒྲོར་འདི་ཀྱན་བྱེད། ཀྱན་རུས། ཀྱན་པན་གྱི་དངོས་པོ་གཅིག་ལ་
 ཡིན་པས་འདི་ཁོ་ན་ཡོད་པས་ཆོག་གི་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་དོ་སྙམ་
 པའི་བྱུན་པོ་དག་གི་བསམ་རྒྱུ་དེ་སྤྲིང་ལ་ཞུགས་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་བསམ་
 རྒྱུ་དེ་ནི་མུང་གྲོལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། གསེར་དཔལ་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་
 གཅིགས་སུ་བབྱུང་ནས་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤང་མེད་དུ་བྱས་ནིང་། ལོག་པར་ལྟ་
 བས་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཁྱད་དུ་བསད་དེ། སྒོན་གྱི་དུས་ལ་རྒྱ་ཀ་ནི་མི་ཐན་གྱི་དམག་
 དཔལ་རྒྱ་གར་དུ་སོང་ཉེ་ལྟ་ལོག་དང་འདོད་སྲེད་གྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ། སྤོང་
 དང་སྤོང་ཁྱེད་དགོན་པ་བཅས་ཐལ་བའི་རྩལ་བཞིན་བཟླགས། ཉེས་མེད་གྱི་མི་ཁྱི་
 ཐག་དུ་མ་དམར་གསོད་བྱས། མི་ཉམ་རྒྱུད་ཁྱི་ཐག་ལྟ་ཙམ་བབྱུང་ཉེ་རྒྱལ་ས་ཁ་ལུང་
 དུ་ཁྱིད་ནས་བྱན་གཡོག་གི་ཕྱིར་དུ་མི་རེའི་རིན་དུ་དེང་སང་གི་དཔལ་སྒྲོར་གཉིས་
 ཙམ་རེའི་ཆད་དུ་བྱས་ཏེ་བཙོང་། མི་ཉམ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་སྒོ་སྒྲུགས་གྱི་ལྟ་རྒྱུ་ཁོ་ན་
 བྱས་ཏེ། མནར་གཅོད་ཆད་མེད་བྱས། གཞན་ཡང་སྤོང་རྣམས་གཅེར་བྱུང་སྤྱོད་
 སང་དུ་ཁྱིད་ནས་ཆོང་ཇས་བྱེད། གོ་མི་ཆོད་པའི་མི་རྣམས་རྒྱ་མཚོར་བསྐྱར། རྩམ་
 བཅོན་རྒྱལ་གྱི་དུས་སུ་ཀྱང་དག་གི་ལག་དུ་མཚོན་ཆ་གཏད་དེ་འཐབ་དུ་བཅུག་ནས་
 གཅིག་གིས་གཅིག་དམར་གསོད་བྱས་པ་ལ་སྒྲེ་བོ་དག་གིས་ཅེད་དགའི་ཕྱིར་དུ་ལྟ་
 མོ་བལྟ། མི་ཉམ་རྒྱུད་དག་ལ་ཉིན་དུ་མར་ཟས་བཅད་ནས་ལྟོགས་སུ་བཅུག་ཉེ།
 སྤར་ཟས་སྒྱུན་པ་ཉལ་བྱེད་གིས་ཟ་བར་རང་རེས་གར་འཁྲབ་པ་ལ་ལྟ་བུ་ལྟར་བྱེད།

ལྷུག་པོ་དག་གིས་ཟས་སྒྲ་ཚོགས་ཅོས་ཏེ་སྐྱུག་སྐྱུན་བདྲང་ནས་སྤྲར་བསྐྱུགས་པ་
 དཔལ་པོ་དག་ལ་བཟར་འཇུག་དུང་འགོ་དག་འཐབ་ཏུ་བཅུག་མེ་གཅིག་གིས་
 གཅིག་གསོད་པ་ལའང་ཅེད་མའི་ཕྱིར་དུ་ལྟ་མོ་བལྟ་མེ། རྒྱལ་པོ་ཁ་ལི་གོ་ནའི་
 དུས་སུ་ཉིན་གཅིག་ལ་དོམ་བཞི་བརྒྱ་འཐབ་མེ་གསོད་དུ་བཅུག་ཐེ་ཐུས་ཉིས་ཅེད་
 རའམ་གསོད་ར་དེའི་སྒོ་འབྱེད་ཀྱི་ལལ་ས་སྐྱེས་སུ་ཉིན་གཅིག་ལ་དུང་འགོ་ལྟ་མེད་
 གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་དུ་བཅུག་མེ་པོ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེ་ལ་མཆར་བལྟ་བྱེད།
 དེ་ལྟར་ཉེས་པ་སྐྱ་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་སྤྲོག་ལ་རྒྱ་ལོར་བ་
 གང་གི་འདང་ཡང་མི་བྱེད་པའི་བཙེ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དག་དར་བའི་ཅེར་སོན། ཉེ་
 བའི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་འདིའི་རིང་ལའང་འཛམ་གླིང་གསལ་ཆེན་དང་པོའི་རྒྱབས་སུ་
 རྒྱལ་ཁབ་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཅིག་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་སྤྲར། གསལ་ཆེན་གཉིས་
 པའི་རྒྱབས་རྒྱལ་ཁབ་དང་ཡུལ་གྲུ་དུག་ཅུ་ལྷག་གིས་གསལ་བཀྱིས་ཏེ་མཐར་མི་བྱེ་
 བ་བདུན་ལྷག་ཅིག་གསལ་དུ་གི་དེའི་རྗེས་སུ་འང་ཁོ་རེ་ཡའི་དམག་འཁྲུག་ཐེ་ཐེ་
 བས། ཡར་ཅི་རི་ཡ། མཚོ་ཁྲག་གི་གསལ་འབྱེད་སོགས་པར་མ་ཆད་དུ་བྱུང་མེ་
 གཅེས་པའི་མི། །བསགས་པ་རོར་དེ་ཙམ་འཕྲོག་བསྐྱུག་བྱས་ཏེ། དགོ་འདུན་ཆོས་
 འཕེལ་གྱིས། བསམ་པ་ཅན་གྱི་མིས་ཐོས་ན་སྤྱིང་རྩ་ནས་ཁྲག་འཛག་པ་དག་བྱས་
 བས། ཞེས་གསུངས་པ་ཁོ་ན་ལྟར་རོ། །

གཞན་ཡང་བུམས་སེམས་དང་ཡ་རབས་ཀྱི་ཁུན་སྟོད་དག་ཉམས་པས་ཀྱལ་
ཁབ་དང་། མི་རིགས་དང་ཆོགས་པ་དང་། གང་ཟག་སྐྱོན་པར་གཅིག་གིས་
གཅིག་ལ་དྲག་གནོན་། བརྒས་བཅོས་། མནར་གཅོད་། བྲག་དྲག་གཏོ་སྟུ། ཁུ་
འཕྲུག་འཛིང་རྩྱེད་། གནོད་སེམས་ཐོགས་སྟོད་དན་སྐྱོན་ཆོགས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་རྟེན་



བོ་ཁྱབ་པར་གྱུར་པའི་ཆོ་ན་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་རྒྱུ་པས་ཕན་པ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། རྣམ་ཐུག་
 དང་གོ་གནས་ཕན་ལུ་མེད་ཆེད་དུ་ལུས་པ་དང་། ལས་ལུ་གསོད་པ་སྐྱེས་མི་འོས་པ་
 དང་། མི་བདེ་བ་སྣ་ཆོགས་བྱས་ཏེ། ལོངས་སྤྱོད་དག་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་སྣ་འབྲེན་དུ་
 འགྱུར། མི་རྣམས་གསེར་དཔལ་དང་ཤོག་སྒོར་གྱི་མདུན་ན་སྒོ་ཁྱི་བདག་པོ་དང་
 འཕྲད་པ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པས་པ་མེད་པར་ཁྱུ་ཁྱུ་པོར་འདུག་ཅིང་། དེས་བཟང་ངན་
 གྱི་བཀའ་གང་སྟུལ་དང་དུ་ལེན་རྒྱུ་བྱས་ཏེ། ཁྱེད་དང་ངོ་ཚ་ཐམས་ཅད་རྒྱབ་དུ་
 འཁོར་ཅིང་འཇིག་རྟེན་མི་བདེ་བའི་གཞི་འཇུགས། རང་དབང་སྐད་ཅིག་གྱུར་མེད་
 པར་བསྐལ་བ་སྤོང་དུ་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་ལུས་དང་སྟོག་གཉིས་བོའང་དེ་འབའ་
 ཞིག་གི་དོན་དུ་འཛད་པར་བྱེད། ཡོ་བྱད་སྣ་ཆོགས་གྱི་བྲན་ཁོལ་དུ་གྱུར་ནས་སོས་
 དལ་གྱི་དུས་སྐབས་སུ་ངོ་ཙམ་ཡང་མི་རྟེན་པས་ལོངས་སྤྱོད་བྱ་དང་སྤྱོད་བྱེད་གོ་ཞྭ་
 ཏུ་གྱུར་པ་ན་ད་མེས་གྱི་འཆོ་བ་དང་སྤྱོད་པ་ཞེས་པའི་རིན་ཐང་དང་དགོས་པ་གཏན་
 བཟག་དུ་འགྱུར་པ་དང་། འཕེལ་རྒྱས་ཞེས་པའང་སྟུག་བསྐྱེད་དང་འཐབ་རྩོད་བྱེད་
 རྒྱུ་ལས་གྱི་སྟོགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་སོང་བ་ལས། བདེ་སྦྱིད་དང་ཞི་བདེ་སོས་དལ་གྱི་
 སྟོགས་སུ་འཕེལ་རྒྱས་སོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་གསེར་
 དཔལ་སོགས་ལོར་ཐུག་རྒྱུ་དང་ཙམ་ཞིག་གིས་མི་རྣམས་གྱི་འཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་དགོས་པ་
 དང་འཕེལ་རྒྱས་གྱི་དོན་མི་འགྱུར་པར་དགོངས་ནས། བདེ་སྟུག་དང་སྤྱང་འཆོང་
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་སེམས་ཡིན་པས་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྟེ་འགྲོ་
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡན་ཚུན་དྲང་བདེན། བུམས་པ། སྦྱིང་རྩེ། དགའ་བ། འདྲ་མཉམ་
 མམ་བཏང་སྟོམས་རྣམས་ཀྱིས་པ་མ་དང་བུ་ཆ་གཉེན་ཉེའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་གནས་
 བས། འཆོ་བ་སྤངས་ཤིང་ཡན་འདོགས་ཅི་རྒྱས་བྱེད་པའི་ཐབས་རྒྱུལ་རིགས་པ་བརྒྱ་
 སྟོག་གིས་བསྟན་ན་ད་མེས་གྱི་འཆོ་སྤྱོད་ལ་མི་སེམས་ཞེས་བསྟོན་མ་འདིང་ཞིག

རྒྱ་གར་ན་རིགས་རྩལ་གྱི་གྲལ་རིམ་ལ་འཛིན་པ་དེ་ཙམ་ཆེ་ཡང་། བདེ་བར་
 གསེགས་པས་རིགས་མི་གཙོ་རྩལ་མི་གཙོ་རྒྱལ་པ་ཉིད་གཙོ་ཞེས་མི་ཐམས་ཅད་འདྲ་
 མཉམ་བྱས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་རི་རྒྱུད་དུ། རྒྱུང་བྱ་གྲུང་བྱུང་བ་དང་། འདྲ་བཞིན་
 སྤོང་བྱུང་གང་གྱུར་བ། འདྲེས་ཀྱང་བཙོན་པའི་སྒྲོབས་བསྐྱེད་ན། འབྲུ་རྒྱུ་འཕྱོང་བ་
 དཀའ་སྒྲུ་མེད་འཕྱོང་། རེས་པ་བཞིན་དུ། ཐ་ན་སྤོང་བྱུང་ཡན་ཆད་སེམས་ཅན་
 ཐམས་ཅད་ལ་གཞིགས་སྐྱེད་སེམས་མཉམ་པར་བྱ་གཅིག་པའི་མ་ལྟར་དུ་བྱུང་གོས་པར་
 གསུངས། དེ་ལྟར་ནང་པའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པའི་བདག་གཞན་མཉམ་པ་དང་།
 རྒྱུང་བར་དུ་བདག་གཞན་བཞེ་བ་དང་། བདག་བས་གཞན་གཅིས་རྣམས་མི་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འབྱོར་བ་ཞིག་སྤིང་ན། ཉ་ལྟ་འཛམ་གླིང་གི་མི་མང་ཡོངས་ཀྱིས་
 འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ་དགོས་ཞེས་རེ་འདུན་གྱི་འཕྲོད་སྟངས་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་འང་འབད་
 མེད་ལྟན་གྲུབ་དུ་འབྱུང་ལ། བསམ་སྒྲོག་ཏོང་གེས་པའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྩལ་
 ཐུན་མཆོན་ཆའི་གཡུལ་འགྲེད་ཀྱིས་འཛིགས་ཏེ། མིའི་རིགས་ཀྱི་མ་འོངས་པའི་
 ལས་དབང་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་སྐྱེད་སེམས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་དངངས་སྒྲག་གི་
 ངང་གནས་དགོས་པའི་རྩལ་མཆོན་རྣམས་ཀྱང་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་མེད་པར་
 འགྱུར་ཏེ་འདི་བདེ་ཕྱི་སྤྱིད་ཅིག་འབྱུང་བ་གོར་མ་ཆག་ན་དེ་ཆེ་འདིའི་འཆོ་སྤྲོད་ལ་
 སེམས་པ་རི་ལྟར་མིན། གཞན་དུ་དེང་སང་གི་འཕེལ་རྒྱས་ཞེས་པ་འདིའི་འཇུག་
 འབྲས་འཛམ་གླིང་ཡར་རྒྱས་ཡིན་ནམ་ཅུ་བསྐྱེད་ཡིན་སྟེ་སྐྱེད་སེམས་ཀྱང་མི་གེས་སོ། །
 དེས་ན་ཆེ་འདིའི་འཆོ་བ་ཞེས་པ་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཞེས་པ་ནི། ཕྱི་དངོས་པོའི་འོངས་
 སྤྱོད་དང་། བྱང་བསམ་པའི་འདུ་གཤིས་གཉིས་ཆར་རེ་བཟང་དུ་སྤོང་ན་འགྲུབ་གྱི།
 རོར་རྒྱས་ཀྱང་བས་ནི་ཅི་ཡང་མི་འགྲུབ་པོ། །བསམ་པའི་འཛིན་སྐྱེད་སེམས་ལེགས་པའི་



ལམ་དུ་སྐྱར་བ་ལ་ནི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཛམ་གླིང་གི་སྒྲིག་ས་
 བམ་ཡོངས་ཚྲོགས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་མེད་པའི་ཐུག་པའི་ལུས་ཡིན་ཞེས་ཇི་ལྟར་སྒྲིག་ཀྱང་
 སྐྱར་འདེབས་ཙམ་དུ་བས་སོ། །ཡང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བོད་མི་
 རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཁུར་དུ་སྤང་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་མཚན་ཏེ། རང་ཅག་ལ་བསྟན་
 པ་ལས་གཞན་པའི་ཁུར་མེད་ན་ལྟ་གིན་ཏུ་ལས་སྤྲོ་བར་འདུག་སྟེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཁུར་
 གང་ཡིན་པོས་ཀྱང་ཟིན་ཚད་མི་འདུག་གོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བ་ལང་ཇི་དག་གིས་ནོར་
 སུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིན་ཐང་མི་ཤེས་པའི་དབང་སྤང་སྟེ། རང་རེའི་རིག་གཞུང་འདིར་
 གཞན་ལྟ་ཅི། རུབ་ཕྱོགས་པའི་རིགས་གསར་པ་དག་གིས་ཀྱང་བསྟོད་བསྟེན་གས་ཀྱི་
 ཆེར་བྱེད་དེ། ཨ་རིའི་དུ་ལྷོར་སྤྱོད་གྲ་ཆེན་མའི་དགོ་ཀན་རབ་འབྱམས་པ་རུ་བེ་སུ་
 བན་ཅིན་ན་རེ། བོད་ལ་ཆེས་ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་ནང་གི་ས་ཡན་སི་ཞིག་འདུག་
 ཅས་དང་། ཁོ་ལོམ་པེ་ལ་སྤྱོད་གྲ་ཆེན་མའི་དགོ་ཀན་རབ་འབྱམས་པ་རོ་མེ་སོས་
 མན་ན་རེ། བོད་ཀྱི་མིས་ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལ་ཆེས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ལེགས་
 སྤྱོད་ལོ། ཁོང་ཆོའི་འགྲན་དུ་མེད་པའི་ནང་གི་ས་ཡན་སིའི་རིགས་པ་དེ་དང་། དེའི་
 སྤྱོད་ལས་བསྐྱབས་པའི་མིའི་རིགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལེགས་པར་སྐྱར་བར་བྱེད་པའི་
 ཐབས་ཤེས་དེ་རེད། ཅས་དང་། ཨ་རིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པའི་རབ་འབྱམས་པ་
 ཏན་ཀེར་གོན་མན་ན་རེ། བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་ཀྱི་ཁྱོད་ན་མཛེས་ཤིང་ཉམས་དགའ་
 བའི་ནང་གི་ས་ཡན་སི་ཆ་ཚད་ཞིག་འདུག་ཅས་དང་། རྒྱ་ནག་གི་མཁས་པ་འགའ་
 རེས་ཀྱང་། བོད་ཀྱི་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་འདི་བོད་ཀྱི་མིས་དེད་རབས་ཀྱི་མིའི་རིགས་
 ལ་ཆེས་འགངས་ཆེ་བའི་མཛད་ཇེས་ཤིག་རེད། ཅས་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །མི་རིགས་
 གཞན་ཀྱི་མཁས་པ་གཟུ་བོར་གནས་པ་དག་གིས་ཀྱང་འདི་ལྟར་སེམས་ན། ཁྱོད་
 ཀྱིས་ཁུར་དུ་མཐོང་བ་འདི་ལེགས་པར་དབྱད་ན། སྐར་ཟིང་འབྲུག་སོགས་ཀྱི་

སྐབས་སུ་ཆོས་ལུགས་ལ་མོངས་དད་དང་སྤྱིད་ལུག་གི་རང་བཞིན་དང་། སྤྱི་ཚོགས་
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གོམས་ཡིན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་འདེབས་མི་བཟད་པ་བྱས་པའི་ལད་
མོ་བྱེད་ཁུལ་བྱས་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་གཏམ་འདི་དག་ལ་གཞན་ལྟ་ཅི།
གཞུང་གི་གཞུང་ཡིག་ལས་ཀྱང་མི་འཐད་པའི་རྣམ་པ་སྟོན་དེ། ལིས་རེ་ཏན་李瑞
环 ཀྱི་༡༩༩༤ལོའི་གཏམ་བཤད་ལས། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ད་ལྟ་གསར་དུ་
ཞིབ་འཇུག་བྱ་དགོས་པ་དག་མཆི་སྟེ།དཔེར་ན། ང་ཚོས་སྒྲུབ་ཆོས་ལུགས་དད་པ་ནི་
དཔལ་འབྱོར་རྗེས་ལུས་དང་། ཚན་རིག་རིག་གནས་མི་འཕེལ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་
དུ་བསྟུས་མོད། འོན་ཀྱང་དོན་གྱི་ཐོག་ནས་ད་ལྟ་དང་ཞིང་རྒྱས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་
པོར་ད་དུང་ཆོས་དད་འདི་ཡོངས་ཁྲབ་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ཞིག་རེད་འདུག
ཅེས་སྒྲུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཁུར་ཞེས་པ་ནི་ཡན་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་དང་དུ་སྒྲུབ་བར་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་ན།
ནང་བའི་བསྟན་པ་ལུང་རྟོགས་གཉིས་པོ་དེ་བོད་ལ་དར་བ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་རིག་
གཞུང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཡན་པ་རྒྱ་ཆེར་བྱུང་ཡོད་དེ། བཟོ་རིག་ལག་ཤེས། གསོ་
རིག་ རྒྱ་རིག་པ། གཏན་ཚིགས་རིག་པ། རྒྱར་ཅིས། མངོན་པ་རྫོང་། ལྷན་ངག་
རྒྱུས་གར་བཅས་ལ་ཡན་པ་ལྟག་པོར་བྱུང་བ་མངོན་སུམ་པ་འདི་ག་ལགས་ལ།
མཐར་ཐུག་མངོན་མཐོ་དང་པེས་ལགས་འཕྱོལ་བར་བྱེད་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། མི་དང་
མིའི་བར་གྱི་འབྲེལ་བ། མི་དང་སྒོག་ཆགས་གཞན་གྱི་བར་གྱི་དང་། མི་དང་ཁོར་
ལུག་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སོགས་ཕྱོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ཡན་
འབྲས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་བོད་མི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་སེམས་ལ་གནས་ཏེ་གསལ་བ་ལྟར་
ལགས་པས། སྤྱི་ཚོགས་ཞིབ་དེ། སྤྱི་དངོས་དོ་མཉམ། ཁོར་ལུག་གྲུང་སྤྱོད་ས་ཞེས་



དེང་སང་འཛམ་གླིང་ན་ཡོངས་གྲགས་སུ་དོགས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དེ་རྣམས་ལ་
 མཛད་རྗེས་སྒྲུབས་པོ་ཆེ་དུ་མ་ཡོད། རྒྱུད་པར་དུ་འང་བོད་མི་སྤྱི་ལོ་ཆ་ནས་ཐ་ན་དུང་
 འགོ་ཡན་ཆད་ལ་བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེ་བྱེད་པ། རྩོག་ཆགས་སུ་ལའང་གཏུག་རྩུབ་
 དང་མནར་གཅོད་བྱ་བར་མི་དགའ་བ་སོགས་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མང་པོ་རྣམས་
 དང་། རྩུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་རིགས་གསར་བ་སོགས་མཁས་པ་དག་གིས་བོད་ཀྱི་རིག་
 གཞུང་འདི་བོད་ཀྱི་འགོ་བཙའི་རིགས་སྤྱི་ལ་མཛད་རྗེས་དང་ལེགས་སྒྲིམ་མད་དུ་
 བྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བསྒྲགས་པ་བརྗོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ནང་དོན་རིག་པ་ཁོ་ནའི་མཐུས་
 ཡིན། དེས་ན་དངོས་གནས་བོད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལ་ལྷག་བསམ་རྣམ་དག་བྱེད་
 མཁན་ཞིག་ཡོད་ན་ཇེས་པར་དུ་བསམ་པའི་ཡོན་ཏན་དད་སྤྱིང་རྗེ་གེས་རབ་སོགས་
 དང་། དངོས་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་གཉིས་ཆར་མི་ཉམས་པ་དང་དར་བྱས་སུ་འགོ་བའི་
 ཐབས་ལ་རྩོད་དགོས་སོ། །མདོར་ན་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ལ་ཆིག་སྟངས་ལྷག་གི་རིང་
 ལ་བོད་མི་དམངས་ཀྱིས་ལུས་དང་སྒོག་ལྟར་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་ད་ལྟའི་བར་
 བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། སྤུས་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་ནན་གྱིས་བཀལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །
 རྒྱུད་ཅག་གིས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ལ་ལྷག་བསམ་བྱེད་པའི་ཚོལ་གྱིས་རང་འཕྲོ་ཆོས་
 དང་རིག་གཞུང་གི་བརྒྱུག་འཕྲོ་གི་མ་གསོན་ཙམ་ལུས་ཡོད་པ་འདིའི་ཡང་སྒོག་ཅ་
 གཏན་དུ་བཅད་ནས་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཞེས་པ་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་ཞིག་བྱ་སྤྱོམ་
 འདུག་པ་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ཡང་ཁིང་ཡི་སྤྲུག་པ་ཞིག་སྟེ། ཀྱི་མ་བོད་ཀྱི་མཁས་སློམ་
 མེད་པ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མི་འབད་བར་ཡོད་པ་བརྒྱུག་པའི་བྱིར་དུ་རྩམ་པའི་གེས་
 མེད་དག་གི་ངང་རྒྱལ་ལ་ལྷོས་ཤིག་དང་། བོད་ཀྱི་མདུན་ལམ་ལ་རིང་བྱུང་ཅི་ཙམ་
 ཡོད་གསལ་བར་གེས་རྒྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་རང་ཅག་ལ་བྱི་ལ་ངོམ་རྒྱ། བད་དུ་འཆང་
 རྒྱ་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་གཅིག་སུ་ཡིན་ན།

དེ་མི་འདོད་པའི་ཁུར་ཡིན་ཟེར་བ་ནི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་སོ། །དེས་ན་མ་འོངས་
པར་བོད་ལ་ཡར་རྒྱས་རྒྱུ་ཅད་ཟད་ཅིག་འོང་རྒྱ་ཡོད་ན། དེའི་ཆོ་ནང་པའི་བསྟན་པ་འདི་
ལྷག་པར་དུ་འང་མཁོ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། ཕྱི་འཕེལ་རྒྱས་སུ་སོང་སྟེ་ནང་རྗེས་
ལ་ལུས་པ་ནི་སྤང་རྒྱའི་རྩ་བ་ཡིན་པ་མངོན་སུ་མ་གྱིས་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་
གཏམ་འདི་དག་ནི། ཁྱོད་རང་གིས། གྲུབ་མཐའ་དེ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྒྲ་ཞོག་ལོག་
ལམ་དུ་བརྒྱུ་བའི་གཡེམ་མའི་སྤྱོད་ཆོས་ཞིག་ལས་གཞན་དུ་ཅི། ཞེས་སྒྲིམ་པ་དེ་ཁོ་ན་
ཉིད་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། སྤྱིར་རིགས་ལམ་གང་ཡིན་གྱུང་། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུས་བརྒྱན་ཏེ་
སྤེལ་བ་ནི། སྤེལ་རྒྱུ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཏུ་མངོན་ལ། གསོ་རིག་འདི་
ཡང་ར་བ་དེ་ལས་འདའ་མ་ཐུབ། འོན་ཏེ་ལྟོས་འཛོག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་ན། འདི་
ཉིད་ཁོ་ན་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ལག་ལེན་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་ཆེ་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་དང་
རྒྱུང་ཐག་རིང་པོར་གནས་ཆོག་པའི་རང་རྒྱ་ཐེར་པའི་རིག་གནས་ངོ་མཚར་ཅན་ཞིག་
ལགས། ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་སྒྲ་བས་འདིར་ཆོས་ལུགས་ཅེས་པ་གང་ཞེ་ན། བཞི་
བརྒྱ་པ་ལས། ཆོས་ནི་མདོར་ན་མི་འཆོལ་བར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
གསུངས། །ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་འདས་པ་སྟེ། །འདིར་ནི་དེ་གཉིས་ཁོ་ན་འོ། །ཞེས་
གནས་སྒྲ་བས་སུ་གཞན་ལ་གནོད་པ་མི་བྱེད་ཅིང་ཐན་འདོགས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་
སྟེ་འགྲོ་ཡོངས་ཀྱི་རྩ་བའི་སྟུག་བསྟུལ་སྟེ་རྒྱ་ནང་འཆི་རྩད་ནས་བཅད་དེ་ཐར་བ་
འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་གཉིས་པོ་ཁོ་ན་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་དང་རྒྱུང་ཐག་རིང་
པོར་གནས་པ་ལ་ངོ་མཚར་དུ་འཛོན་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་རོ་བ་རྩམ་པོ་ཆེ་སྟེ། ནང་
པའི་ཆོས་ལྟ་བུའི་གཞན་ཐན་གྱི་བསམ་པ་ཁྱད་པར་ཅན་ཤིས་ཅིས་མ་ཟེན་པའི་རིག་



བ་དག་ནི་སྒྲེ་འགྲོ་རྣམས་མི་བདེ་བའི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་འགྱུར་ཉེ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ལུ་བ་
 རྒྱལ་གྱི་གསེང་རིག་ལ་མཆོད་ན། ད་ལྟ་རང་རེའི་མགོ་མི་ན་བ་དང་པོ་བ་མི་གཟེར་
 བ་དང་མིག་སྒྲུབ་གྱིས་མིག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུབ་འདི་དག་གི་ཕྱིར་
 ཉམ་རྒྱུད་པའི་སེམས་ཅན་ཐེར་འབུམ་མང་པོའི་ལུས་སྟག་ཆོད་བལྟའི་ཕྱིར་དུ་སྒྱུད་དེ་
 གཅིས་པའི་ཆེ་སྟག་འཛུམ་མེད་དུ་འབྲེག་བ་དང་། ལྷག་བསྐལ་གྱི་ཆོར་བ་དྲག་པོ་
 གྲོས་མི་འཕྲུད་པ་དག་སྒྱུར་དུ་བཅུག་སྟེ། ལྷག་དང་མཆི་མའི་རྒྱ་མཆོ་བསྐྱེལ་བའི་
 གཏུག་རྩ་བ་གྱི་སྒྱུད་པ་ཆད་གཟུང་དུ་མེད་པ་ཞིག་བྱས་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་
 ༡༩༥༥ལོར་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཆོག་གི་རིག་ས་གསར་ལག་རྩལ་དབྱེད་བསྐྱར་ཆོད་ཅིས་
 ཁང་གིས་སྒྲུབ་ལུ་བྱས་པ་ལས། ཨ་རིར་ལོ་རེ་ལ་ཉུང་མཐའ་ཡང་སྟག་ཆགས་བྱེ་བ་
 གཅིག་དང་ས་ཡ་བདུན་ནས་བྱེ་བ་གཉིས་དང་ས་ཡ་གཉིས་གྱི་བར་ཆོད་བལྟའི་ཕྱིར་
 དུ་སྒྱུད་ཅེས་ཟེར། འོན་ཀྱང་འདི་གི་ན་རྒྱུད་ཅིས་བྱས་པ་སྟེ། ༡༩༥༥ལོའི་རྒྱལ་
 ཆོག་གི་དབང་ཆིག་ལས་ཆོད་ཅིས་བྱས་པར། ༡༩༥༥ལོར་ཨ་རིས་ཆོད་བལྟའི་
 ཆོད་དུ་སྒྱུད་པའི་བྱི་བའི་རིག་ས་དང་རི་བོང་བྱེ་བ་དྲག་ཡོད་ཅེས་དང་། ཐ་སྐྱེ་ཆེ་སྟོབ་
 གྲ་ཆེན་མོའི་ཐུགས་སྒྲུབ་སྒྲོབ་གྲུའི་རབ་འབུམས་པ་ཨན་ཏི་ལི་ལོ་མེན་གྱིས་ལོ་རེར་
 སྟག་ཆགས་བྱེ་བ་བདུན་དང་ས་ཡ་གཅིག་འདུག་ཟེར། ཁོས་༡༩༥༥ལོར་ཡང་ཅི་
 བྱས་ཏེ། ཆོད་བལྟའི་སྐ་རོལ་རྒྱུལ་འདྲན་གྱིས་གི་བ་དང་བསད་པ་སོགས་མ་བ་
 ཅིས་པར་དངོས་སུ་ཆོད་བལྟའི་ཆོད་དུ་སྒྱུད་པ་ལ་ལོ་རེར་བྱེ་བ་གཉིས་ས་ཡ་ལྔ་ནས་
 བྱེ་བ་གསུམ་ས་ཡ་ལྔའི་བར་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཁ་ལི་ཉི་གཅང་པོའི་སྟག་ཆགས་སྒྲིད་གསོ་ཁང་གིས་ལོ་རེ་ལ་ཆོད་བལྟའི་ཆོད་དུ་
 སྒྱུད་རྒྱུའི་སྟག་ཆགས་བྱེ་བ་གཉིས་དང་ས་ཡ་གཉིས་ཙམ་རེ་བསྒྲིད་ནས་ཆོད་བལྟ་
 ཁང་སོ་སོར་འཆོང་བར་བྱེད། ༡༩༥༥ལོར་ཨ་རིའི་ཞིང་ལས་ལས་ཁུངས་ཀྱིས་བྱས་

པའི་སྒྲན་ཁྱེལ་ལས། སྒྲག་ཆགས་ས་ལ་གཅིག་འཕུམ་དུག་སྒྲུལ་ཁི་ལྷ་སྤྱང་ཉིས་བརྒྱ་
 གྲུ་བརྒྱད་ཆོད་བལྟའི་ཆེད་དུ་སྤྱད་ཟེར། དེའི་ནང་ཁྱི་ ༡༩༠༩ ༡༡ ༡༥ ལ། ཕྱི་ལ་
 ༩༩ ༡༡ ༡༥ ལ། སྤྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ༡༡ ༡༥ ལ། རྒྱ་གར་གྱི་བ་སོགས་ཕྱི་བའི་རིགས་
 བསྐྱེད་པ་གྲངས་ ༡༥ ༩༩ ༡༥ ལ། རི་བོང་ ༩༩ ༡༥ ༡༥ ལ། གཞན་ ༡༡ ༡༥ ༡༥ ལ།
 བཅས་ཡོད་ཅིས་ཟེར་རོ། །འོན་ཀྱང་གཞན་དག་གིས་འདྲི་ནང་ཕྱི་བའི་རིགས་
 ལ་ལ་བརྒྱམས་མ་ཐེལ། གངས་འདིས་ནི་དངོས་སུ་སྤྱད་པའི་སྒྲག་ཆགས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་
 གཅིག་ཙམ་ལས་མ་ཟིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེས་ན་ཨ་རིའི་རྒྱལ་ཁབ་གཅིག་ལུང་ཉུང་
 མཐའ་ཡང་ལོ་རེར་སེམས་ཅན་གྱི་བ་གཉིས་དང་ས་ལ་ལྷ་ཙམ་རེའི་ལུས་དང་སྒྲག་
 ཆོད་བལྟའི་ཕྱིར་སྤྱད་པར་བྱེད་དེ། རྒྱལ་ཁབ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས་
 པར་བྱེད་དོ། །འོ་ན་སྒྲག་ཆགས་དེ་དག་གི་ཆོད་བལྟའི་ལྷ་རྒྱུད་ཅེན། ཆ་གྲང་གི་
 རིག་བྱ་གིན་ཏུ་བཟོད་དཀའ་བ་ཕྱོད་དུ་འཇུག་པ་དང་། བཀྲེས་པ་དང་སྒྲིམ་དུ་
 འཇུག་པ་དང་། མིག་ལོང་བ་དང་། ལུས་སྤྱགས་ཉམས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱག་
 བཟར་འཇུག་པ་དང་། མེས་སྤྱོད་པ། སྤྱོད་སྤྱགས་ཆེན་པོས་ལུས་ལ་རིག་པ།
 བརྟེན་པ། ལུས་སྤྱས་པར་བྱེད་པ། སྤྱོད་སྤྱགས་པ་སོགས་མནར་གཅོད་སྤྱོད་ཆོགས་
 གཏོང་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཆ་བས་འཇིགས་པ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། རི་བོང་དང་
 ལུག་རོན་སོགས་ཤིལ་གྱི་སྤྱམ་ནང་དུ་བརྟེན་སྟེ། ཉི་མ་ཉུང་ཆ་བའི་ཆོད་ཆོག་ལ་
 སྤྱོད་དུ་བཞག་སྟེ། བལྟ། ཆ་རིམ་ཨང་གྲངས་བཞི་བརྒྱར་སོན་པ་ན་རི་བོང་དག་
 འཕགས་མཆོད་དང་རྒྱང་བས་འབྲུ་གད་བྱེད་པའི་མོད་ལ་ཅ་འཕུམ། ཆ་རིམ་ཆེ་ལྷོར་
 སོན་པ་ན་ས་ལ་འབྱེལ་དེ་ཁ་རྒྱ་བཞུག། ཞེད་ཀྱང་སོན་ཆོད་ལུགས་ཉལ་ཅིང་སྤྱད་
 དམའ་བ་འབྱེན་ལ་རྒྱང་ཞིག་ནས་ཤི་བར་གྱུར་ཅིས་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱི་དང་ཕྱི་བ་



བྱི་ལ་སྟགས་ལའང་དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་འཆིར་འཇུག་མ་གྱི་བ་དག་བསད་ཅིང་བཤམ་
 བས་ཇི་ལྟར་གྱུར་འདུག་བལྟོ། ལྷགས་སྒྲན་ཁང་དུ་བྱ་བ་སྒྲུབ་མཁན་རེ་ཡུང་དང་པ་
 རེ་སྤྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིན་གཅིག་ལ་བྱི་བ་ཆིག་སྟོང་དང་ཞེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་པར་སྒྲོག་
 ལྷགས་དྲག་པོས་རེག་དེ་ནས་མིག་ལ་སྒྲོག་དབྱག་སྒྲོག་ལྷགས་དྲག་པོ་ཅན་གྱིས་
 རེག་སྒྲོག་ལྷགས་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་པས་རྒྱ་བ་བསྐྱམས་ཏེ་ཅ་འཁྱམ་དུ་བརྩལ་བས་ཉིན་
 གཉིས་པར་ཐམས་ཅད་ནད་གྱིས་ཐེབས་གིང་གི་བར་གྱུར། ཅས་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་
 བྱི་དང་བྱི་ལ་ཉ་རིགས་སྟགས་སྟོག་ཆགས་གིན་ཏུ་མང་པོ་དག་ལ་སྒྲོག་ལྷགས་དྲག་
 པོས་རེག་སྟེ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བལྟ་བར་བྱེད། སྒྲོག་གིས་རེག་པ་དེའང་ཐེངས་གཅིག་
 མིན་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱེད་དེ། ཐེན་ན་སྒྲོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་ཆོད་ལྟ་པས། ཉ་ཞེ་ལྟ་
 ལ་སྒྲོག་གིས་བརྟེན་ཐེངས་དྲུག་ཅུ་རེ་ལྟ་བརྒྱུད་མར་བྱས་ཏེ་བརྟེན་པ་དང་། གཞན་
 འགའ་ཞིག་གིས་བྱི་བ་དག་ལ་དུས་ཆོད་སྐར་མ་རེ་བཞིན་བརྟེན་ཐེངས་རེ་བྱས་དེ་
 བརྟེན་པ་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

ཡང་དུག་གི་རྩས་ཆད་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་བཅན་ཐབས་ཀྱིས་དུག་བཟར་འཇུག་
 རྩས་པའི་རྩས་སུ་སྟོག་ཆགས་དེ་རྒྱམས་སྒྲུག་པ་དང་བཤམ་པ། རྒྱུ་ལག་ཞ་བ་དང་
 ཅ་འཁྱམ་པ་སྟགས་སུ་གྱུར་པ་དང་པལ་ཆེ་བ་འཆི་བར་འགྱུར། ༡༩༥༥ལོ་དབྱིན་
 ཇིར་ཆོད་བལྟ་འདི་ཐེངས་ལྟ་འབྱམ་བརྒྱུད་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ལོ་བདུན་བྱས་ཏེ། པལ་མོ་
 ཆེ་ཞིག་གསོ་རིག་གི་ཕྱིར་ཡིན། ཡ་རིར་ལོ་རེར་ཉུང་མཐའ་ཡང་སྟོག་ཆགས་ས་ལ་
 གསུམ་ཡན་ལ་ཆོད་བལྟ་འདི་ཉིད་བྱེད། མིག་ལ་ཆོད་བལྟ་འདི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་མིག་ལ་
 སྒྲན་སྒྲགས་པས་མིག་སྒྲུང་བ་དང་རུལ་ནས་ཁྲག་དང་རྒྱག་བལྟར། མིག་གི་ཟུག་
 གཟེར་མི་བཟོད་པས་སྒྲུང་འབྱིན་ཅིང་མིག་ལ་སྒྲར་གད་དང་འཕག་མཆོང་བྱེད།
 གཞན་ཡང་བྱི་དག་གི་རྒྱུ་ལག་བཞི་པོ་སྒྲུང་ལེབ་ཀྱི་ཐོག་ཏུ་འཛེར་ནས་བཟེ་སྒྲན་

མེད་པར་གསོན་པོར་ཁོག་པ་ཁ་བྱས་ཏེ་ནང་གི་ཁྱག་བཟུར་ཚུལ་སོགས་ལ་རྟོག་
 པར་བྱེད། སྤྱལ་ཕྱག་སྤྱེས་མ་ཐག་ཏུ་མ་གཏན་ནས་མཐོང་དུ་མི་འཇུག་པར་གཅིག་
 ལུང་མུན་ཁང་སོགས་སུ་འཇུག་ཅིང་། རས་དང་འཕྱལ་གྱིས་བཟོས་པའི་བཙོས་མའི་
 མ་དང་ལྷན་ཅིག་བཞག་ཆོ། སྤྱལ་ཕྱག་གིས་རང་གི་མ་དངོས་སུ་འཕྱལ་ནས་པར་དུ་
 ཕྱིན་པ་ན། འཕྱལ་གྱི་མ་དེས་མནར་གཅོད་གྱིས་དངངས་སྒྲག་སྒྲ་ཆོག་སྒྲུང་བར་
 བྱེད་པའི་ཆེ་དེའི་སེམས་ཀྱི་ཆོར་སྒྲུང་ལ་བལྟ། དེ་སོགས་བྱས་ནས་སྤྱི་ཆགས་མང་
 པོ་སྒྲོ་རུ་འཇུག འདི་སེམས་ཁམས་པ་དག་གིས་བྱས་པའོ། །

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ལ་མནར་གཅོད་བྱས་པའི་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་།
 གསོ་རིག་པ་དེ་དག་གི་མདུན་ན་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་དང་སྤྱི་གཉིས་ཆར་
 ལ་ཚུ་ཐོར་བ་གང་གི་རིན་ཐང་ཡང་མེད། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་སྤྱི་གཉིས་ལོད་
 ལྷུ་མ་པ་ཡིད་ལའང་མི་འཆར། དེ་དག་གི་ལག་ལོག་ནས་གི་བའི་སེམས་ཅན་གྱི་
 གྲངས་ཅམ་ནི་དེང་རབས་ཀྱི་འཕྱལ་ཆས་བཤས་རུའི་གན་པ་དག་དང་། རུལ་ཕྱན་
 མཆོན་ཆ་བཟོ་སྐྱོན་པ་དག་ལས་གཞན་སུའི་ལག་ནས་ཀྱང་གི་བ་མི་སྤྱིད་སྐྱུ་
 མོ། །དེ་འདྲའི་ཆོད་བལྟ་དེ་དག་ཀྱང་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ནི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ལུས་
 སྤྱི་གཉིས་སུ་བཏང་བ་ཅམ་ལས་གསོ་རིག་སོགས་ལ་པན་པ་ཆེན་པོ་ཅི་ཡང་མ་
 ལྟར། རུང་ཟད་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐེར་འཕུམ་མང་པོའི་ལུས་སྤྱི་གཉིས་ཀྱི་རིན་
 ཀྱིས་ཉོས་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་གསོ་རིག་དེ་མཇུག་མ་བཅད་ནས་མགོའི་རྒྱན་ཆ་
 དང་སྒྲ་བཅད་དེ་ཁ་ལ་གྲུན་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་མིའི་ལུས་སྤྱི་གཉིས་ཀྱང་ཆོད་བལྟའི་ཕྱིར་སྤྱད་དེ། རྩོན་འཇར་མན་དུ་
 གསོ་རིག་པ་ཉོས་བརྒྱར་ཉེ་བ་ཞིག་ཆོག་སེ། ཐོ་ལན་རྒྱལ་ཁབ་དང་། ཡིལ་ཐའེ་མི་



རིགས་ཤོགས་ཀྱི་པོ་ཙཱ་པ་དག་ལ་ཆོད་བལྟ་འཕྲི་ཕྱིར་ཆ་གང་གི་རིག་བྱ་ཉ་ཅང་དཔལ་
 ཆོད་དང་། ལུས་ཀྱི་སྤྱགས་ཤི་བ་ཤོགས་བྱས་ཏེ། རིགས་གསར་བ་ཞིག་གིས་སྒྲན་
 ལུ་བྱས་པ་འདི་ལྟ་སྟེ། མི་དག་སྤྱགས་ཤི་བའི་སྒྲོད་དུ་བརྟུག་པ་ན། སྐར་མ་ལྟའི་
 རྩེས་ནས་ཅ་འཁུམ། དུག་ནས་བརྟའི་རྩེས་སུ་དཔུགས་ཏེ། དཔ་པ་འཕྱོར། སྐར་
 མ་བརྟ་གཅིག་ནས་བརྟ་གསུམ་གྱི་དུས་སུ་སྐར་མ་རེ་དཔུགས་ཐངས་གསུམ་རེ་
 ལས་རྒྱབ་མི་རུས། དེ་ནས་དཔུགས་མ་ལུས་པར་འཆད། དཔུགས་ཆད་པའི་རྩེས་
 དུས་ཆོད་ཕྱེད་ནས་ཞོག་པ་བཤའ་བའི་མགོ་རྩོམ། ཞེས་ཟེར། མི་ཉམ་ཆུང་དག་ལ་
 བརྟེ་མེད་ཀྱི་མནར་གཅོད་དེ་ལྟར་བྱས་པ་དེ་ཆོག་མཛེས་པ་དག་གིས་བརྟན་ཏེ།
 འཛིག་རྟེན་དུ་སྒྲོག་པར་བྱེད་དོ། །

ཡང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ཨ་རིའི་ཨ་ར་ལྷ་མ་ཁུལ་གྱི་སྒྲན་པས་རིག་དུག་གིས་
 ཟིན་པའི་ནད་པ་དག་ལ་ནད་ལ་ཕན་པའི་སྒྲན་མ་བྱིན་ནས། ནད་རང་སྤྱགས་ཀྱིས་
 འཕེལ་དུ་བརྟུག་སྟེ་ཆོད་བལྟ་བྱས། ཆོད་བལྟ་དེའི་ཆེད་དུ་འཕྱོ་བརྟུག་ཏུ་བཏང་བ་
 དག་ནི་མི་ནག་པོའི་རིགས་ཉམ་ཆུང་རྣམས་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཨོ་ཁུ་ནན་གྱི་སྒྲན་
 པས་འབྲས་སྒྲན་ཅན་གྱི་ནད་པ་མང་པོར་ཆོད་བལྟ་འཕྲི་ཕྱིར་དུ་ཕན་པའི་སྒྲན་མ་བྱིན་
 བས་ཤོག་ཏུ་ཆོད་བལྟ་བྱས་པས་མཐར་མི་ཉེར་བདུན་གྱི་བར་གྱུར་ཏོ། །དེས་ན་
 བྱམས་སྦྱིང་རྩེས་མ་ཟིན་པའི་རིག་པ་དག་ནི་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་རི་ལྟ་རི་ལྟར་དར་བ་དེ་
 ལྟ་དེ་ལྟར་ཡང་ཁོད་ཡི་སྤྱག་པའི་སྒྲན་མ་ཅམ་མོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཉམ་ཆུང་
 རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཤོག་གི་རྩངས་ཁྲག་དྲོན་མོ་དང་མཆི་མའི་རྩ་མཆོ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཏེ་
 བཞོས་པའི་ལུས་ཤོགས་ཀྱི་གསོ་རིག་འདིའི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་གཤམ་ན་མི་སྦྱང་རྩེ་
 ཅན་དག་ཡིད་གཏིང་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་གདོན་མི་ཟོ། །

རང་ཅག་གི་གསོ་རིག་ནི་དམ་པའི་ཆོས་དང་འབྲས་པས་སྦྱེ་བོ་མཆོག་དམན་སུ་

ལའང་དེ་འདྲའི་མནར་གཅོད་གཏུག་རྒྱུ་ཅན་བཏང་བ་མེད་དེ། བཤད་རྒྱུད་གྱི་བྱ་
 བྱེད་སྒྲུབ་པའི་གནས་ལས། བསམ་པ་དཀར་བ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་ལྡན་པ། སྦྱོར་བ་
 དངོས་གཞི་འཇུག་ལས་དང་པོ་ནི། །ལྷག་བསྐལ་མཐོང་དང་ཡན་འདོགས་དད་པ་
 དང་། །བཟང་ངན་བྱམས་སྣང་ཞེན་སྦྱོམས་པས་དང་། །སྦྱིང་རྩེ་བྱམས་པ་དགའ་
 བ་བཏང་སྦྱོམས་བཞི། སྦྱོན་པ་བྱང་རྒྱུ་མཆོག་རྒྱ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། །དངོས་གཞི་
 འཇུག་པ་ཚད་མེད་ཉམས་སུ་སྤངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་བྱིར་
 རོ། །དེས་ན་རིག་གཞུང་གང་ཡིན་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིང་པོ་འཆོ་མེད་བརྩེ་བའི་
 སེམས་ཀྱིས་བརྒྱན་ནས་སྦྱོན་པས་སེམས་ཅན་མཆོག་དམན་ཡོངས་ལ་ཕན་ཐོགས་
 པ་འདི་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་གི་བྱང་ཆོས་སྤྱོད་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྦྱོད་དགོས་
 ཀྱི། འཆོ་མེད་ཡན་པའི་ལམ་ལས་རིང་དུ་གནས་བྱུང་བ་འདི་ངོ་མཚར་ཆེ་བེར་བའི་
 བསྟོད་མི་ཤེས་པས་བསྟོད་པ་ལས་སྦྱད་མི་ཤེས་པས་སྦྱད་པ་དགའ་ཞེས་པའི་དཔེར་
 མོང་བ་ཁོ་ན་དང་། འདུལ་བ་ལུང་ལས། བྱིས་བས་བསྟོད་པ་གང་ཡིན་དང་། །
 མཁས་པས་སྦྱོད་པ་གང་ཡིན་པ། །འདིར་ནི་མཁས་སྦྱོད་མཆོག་ཡིན་གྱི། བྱིས་བས་
 བསྟོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་དོ། །
 དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུ་བ་ལྷོགས་པའི་བཟོ་རིག་པ་ལའང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་
 འཇིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་བུ་དང་གཞན་གཞོད་སྤང་བ་དང་། གཞན་ཡན་རྒྱུ་བ་པ་སྟེ།
 དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་དེ་དག་གིས་མ་བྱེད་པས་སེམས་ཀྱི་སྤྱང་པོ་ཆགས་སྟེད་ཀྱི་
 ཆང་གིས་རབ་རྒྱ་ལྷོས་ཏེ། འཇམ་གླིང་རྩེ་ལ་པོ་ཡེ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་རུལ་ཕན་གྱི་
 འབར་མདེལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཤིན་རྒྱུ་མང་པོ་བཟོས་ཏེ་སྦྱོ་འགོ་ཡོངས་རྩོགས་མི་
 བདེ་བའི་གཞི་བཙུགས། གལ་ཏེ་འཇར་མན་གྱི་དམག་དཔོན་གི་ཐེ་ལུ་ལྟ་བུའི་མི་



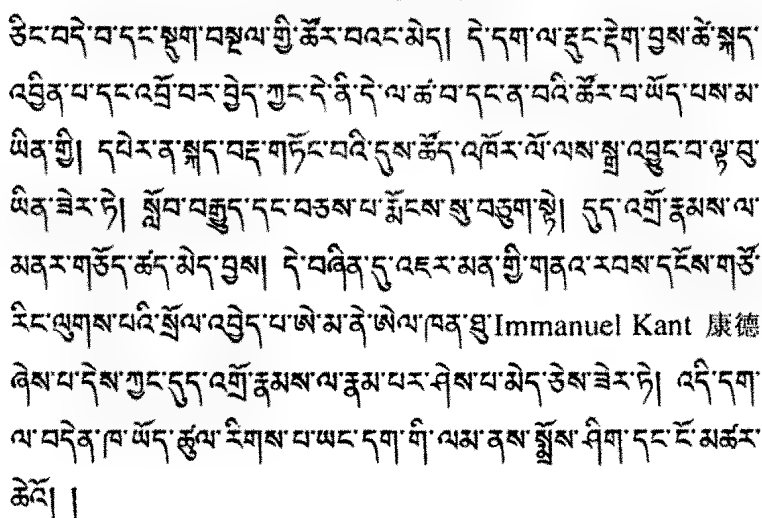
འགའ་ཞིག་གི་ལག་ཏུ་རྩལ་མཚན་པེད་སྟོང་གི་དབང་ཆ་ཤོར་ན་འཛམ་གླིང་གི་
 སེམས་ཅན་ཡོངས་ཤོགས་ཀྱི་ཡོངས་སྟོང་ཆོ་སྟོག་དང་བཅས་ཐལ་བ་རྒྱུད་ལ་བྱུར་བ་
 ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད་པར་གོར་མ་ཆག་སྟེ། དེ་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་མ་ཟེན་པའི་རིག་
 གནས་འཁེལ་རྒྱས་སུ་ཐིམ་པའི་མཆུག་འབྲས་ཡིན་པ་སྟེས་གྲུང་བསྟོན་ག་ལ་རྩམ།
 གལ་ཏེ་རིགས་གསར་བ་དེ་དག་དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཉམས་ལེན་ཡང་དག་བྱེད་མཁན་
 གཉིས་ཀྱི་ཡིན་སྟེན་ན། སྤང་གྲོལ་དེ་ལྟ་བུ་བཟོ་བའི་ཕྱིར་དུ་མཆུབ་མོ་ཙམ་འགྲལ་བ་
 ཡང་གནས་མེད་དོ། ། རྩས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་བྱས་པའི་སྤང་གྲོལ་འདི་ཙམ་
 ཞིག་མིའི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མགོ་ཚུགས་པ་ནས་བཟུང་བྱུང་མ་ཐོང་ན། ད་དུང་ལ་
 ལུང་དང་མཁར་གྲོང་རྒྱུན་ལྷན་གནས་པའི་བོད་ཀྱི་མི་སྣུན་པོ་འགའ་རེའི་ཁྲོད་དུ་
 སོང་ནས་མི་ཤེས་ཤེས་མདོག་གིས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་འང་བྱར་ཟ་སྤལ་བྱེད་པ་འདི་ནི་
 དཔུ་རྩལ་བ་གངས་ཀྱིས་མ་ཚར་བ་ཙམ་དང་། འཛམ་གླིང་སྟོན་ཐོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་
 དག་ན་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་ཇི་ལྟར་དར་བའི་རྒྱལ་མིག་གིས་མ་མཐོང་། རྣ་པས་མ་
 ཐོས་པའི་སྟུན་གཏམ་མོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཇོ་མས་བཤད་ན། བ་སྟད་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི་རྒྱ་ཆེ་ལ་
 གྲངས་མང་བས་སྟེས་གྲུང་ཡོངས་ཤོགས་བཟོད་པར་མི་སྟོབས་ལ། བྱོགས་རེའི་སྒོ་
 བས་བཟླག་པའི་ལས་ལ་འཇུག་སྐབས་ནི། རིགས་གནས་ཀྱི་ཐད་དུ་དངོས་གཙོ་
 ཙོན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བ་བདེན་ཁ་ཆེ་བ་དང་། ལུས་སྤང་གི་ཐད་དུ་གསོད་དཔུང་སྒྲུབ་བ་བདེན་ཁ་
 ཆེ་བ་དང་། རྒྱུད་ཡིག་གི་ཐད་དུ་བརྟན་སྟོང་སྒྲུབ་བ་བདེན་ཁ་ཆེ་བ་སོགས་ནི་སྟེས་གྲུང་
 བསྟོན་མི་རྩལ་བ་མཐོང་ཆོས་སུ་གྲུབ་པ་འདི་བཞིན་ལགས། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ལུང་
 གི་ཁ་འཛིན་སྟོག་ལས་གཙུག་པར་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ནི། འཕྲིན་གསར་ལ་
 སྟོབས་པའི་རྩས་འདིར་ཡང་། རང་གི་རྩམ་སྟག་ལས་གཞན་མའི་བང་མཛོད་ལ་

རྒྱལ་ཡོན་མི་བྱེད་ཅིང་། རིག་ལམ་གསར་བ་རྒྱ་ཐོས་ཙུམ་བྱུང་ཡང་དོན་མེད་དུ་
དགག་པ་རྒྱུད་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུན་པོའི་ལུ་རྒྱལ་ས་དང་མཁས་པའི་རྒྱལ་དབྱེད་གང་ཡིན་
དབྱེད་དགོས་སོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་ཐད་ལ་དངོས་གཙོ་རྒྱུ་རྒྱ་བ་བདེན་ཁ་ཆེ་ཞེས་ཟེར་བ་
འདི་ལ་ཚིག་རྒྱུན་དང་དོན་རྒྱུན་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དེ། དངོས་གཙོ་བ་དག་གིས་ཕྱི་རོལ་
ཀྱི་ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆེར་བྱས་པས་གོ་བ་གསར་བ་མང་པོ་རྙེད་མོད།
ནང་སེམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་གལ་ཆེ་བའི་གནད་དག་ལ་ཆོན་བཅད་པ་རྒྱམས་དོན་ཐོག་
ཏུ་མ་ཁེལ་ཏེ། དེའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཤེས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཞན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཏཱ་ལྷོ་སློབ་གྲྭ་ཆེན་
མོའི་དགེ་ཆུན་རབ་འབྱམས་མ་དྲཱ་ཨན་ན་ཨེ་འེ་ Diana L. Eck, Ph.D ཞེས་པ་ན་རེ།
ང་ཆོ་རུབ་ཕྱོགས་པའི་མི་རྒྱམས་ཀྱིས་ཕྱི་རོལ་ཀྱི་དངོས་པོ་དག་ལ་ཏ་ཅང་མཐར་སོན་
པའི་རྒྱལ་ཡོན་བྱེད་དེ། འཛམ་གླིང་གསར་བ་ཞེས་གྲགས་པའི་མེ་གླིང་དང་། རུབ་
ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ནས་འཛམ་གླིང་གསར་བ་གཞན་ཡང་མང་པོ་གསར་དུ་རྙེད།
ཟླ་བའི་གོ་ལའི་སྟེང་དུ་འང་བགོད། རང་ལུས་སྒྲེ་ཁམས་ཀྱི་ཕྱིའི་དངོས་པོ་ལ་ཞིབ་
འཇུག་བགྱིས་ཏེ། མིའི་རིགས་ཀྱི་ཕྱ་ཕུང་གི་ཆགས་རྒྱུ་ཡང་ཤེས་སོ། །

འོན་ཀྱང་ནང་ན་གནས་པའི་སེམས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ལ་རྟོག་དབྱེད་བགྱིད་པ་ལ་ནི།
རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་རྒྱམས་ད་གཤོད་གོམ་པ་སློ་བར་རྩོམ་པ་ཙུམ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་
བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེང་རབས་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་པ་ཡབ་ཅེས་པའི་མཚན་སྟན་
ཐོབ་པའི་རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་རེ་ནི་རྟེ་གར་ཐུ Rene Descartes བླ་ཀ་ཀ་
ཡིས་མི་རྒྱམས་ལ་རྒྱལ་ཤེས་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱང་དུང་འགོ་རྒྱམས་ལ་གི་བའི་འོག་ཏུ་
རྒྱལ་ཤེས་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི་ད་ལྟ་གསོན་པོར་གནས་པའི་ཆོན་འདྲེན་ཀྱི་ཤེས་པ་མེད་



གཞན་ཡང་དབྱིན་ཟིའི་དངོས་གཙོ་པ་དག་གིས་མི་ནི་འཕྲུལ་ཆས་དང་འདྲ་བར་
གཞུགས་སུང་གི་ཡན་ལག་དག་ཚོགས་པ་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་ཤེས་མེད་དེ།
རྣམ་ཤེས་ཞེས་པ་སྐད་ཆེན་འགྲུལ་བསྐྱོད་བྱས་པའི་རྣམ་པ་ཙམ་ཡིན། དངོས་པོ་སྟེ་
ཤེས་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་ལས་གཙོ་སྟེ་རྣམ་ཤེས་ཞེས་པ་ཤེས་པའི་ཁར་ལ་བྱུང་བའམ་
དེའི་ཆ་གས་ཙམ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟམ་དུ་སེམས་ཏེ་ཁོང་ཅག་གི་བྱུང་བ་ཐའི་གཙོ་
པོའོ། ཁོན་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་ཆད་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱགས་རིག་པ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་བྱུང་བ་དང་།
སྟེ་བ་སུ་ཕྱིའི་སྣང་བ། འཆི་ཁའི་ཉམས་སྦྱང་། རྣམ་ཤེས་ལུས་ལས་ཐོན་བ། གཉིད་
འབབས་ཀྱིས་སྲིད་པ་ཕྱིར་བསྟོག་སྐད་མེད་ཀྱི་མི་མང་པོ། སྐད་ཆེན་ཞིབ་འཇུག་
གིས་གསར་མཐོང་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་སྟུ་ཅི། ལུབ་ཕྱོགས་པའི་རིགས་
གསར་རབ་འབྱམས་པ་དུ་མར་བཅས་སྟེ་པོའི་ཚོགས་ཤིན་ཏུ་བྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་
ལའང་ཐེ་ཚོམ་གྱགས་དྲག་སྟེས་དང་སྟེ་བ་ཞིན་པ་ཡིན་མོད། ཁྱེད་ལ་དེ་བདེན་པ་
ཡིན་པའི་སྐབས་ཕྱེད་ཡོད་ན། གཞན་གྱི་གཡམ་ལ་མ་རྒྱག་པར་ཤིན་ཏུ་རེས་པའི་རྒྱ་

མཚན་དག་བརྗོད་ཅིག་དང་། ད་གདོད་དེ་ལྟར་ཁ་ཚིན་གཅོད་ཚིག་གི་གཞན་ཏུ་རྒྱ་
 མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པར་རྒྱབ་ཐོགས་པའི་སྒྲིན་གྱི་ཤར་པོ་འགའ་མེད་ལོག་རྟོག་གི་
 གཏམ་རྟིང་རུལ་དག་གི་རྗེས་བརྗོད་ཙམ་རེ་བྱས་ཏེ། གཞན་གྱི་བར་མཛོད་ལ་རྒྱས་
 ལོན་ཁུལ་བྱེད་པ་ནི། མཁས་པས་མཐོང་ན་ཁྲེལ་པའི་རྒྱ་ཙམ་དང་། རོན་མེད་པར་
 ཚིས་སྤང་གི་ལས་རན་གསོག་པའི་སྒྲིན་པོའི་ལུ་རྒྱུགས་ཁོ་ནའོ། །རིགས་པ་གསར་
 པ་ལ་དགག་པ་རྒྱུད་བྱེད་ཅིས་ཟེར་ཡང་རྒྱན་གྱིས་སྤྱར་བ་བཏབ་པ་སྟེ། རིགས་པ་
 གསར་པ་ལ་ལྟག་པར་དགག་པ་བྱེད་དགོས་དོན་མེད་དེ། ད་སྒྲིན་གྱིས་ཟིན་པའི་
 རིགས་པ་གསར་པ་འདི་དག་གི་ནང་ན་རང་མེད་ཀྱུ་མཐའ་ལ་གཞོད་པེས་ཚིག་
 གཅིག་ཀྱང་གཞག་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། རིགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ནང་པའི་ཀྱུ་བ་
 མཐའ་དང་རེ་བས་རེ་ཉེར་འགོ་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། སྒོ་གཟུ་བོར་མི་
 གནས་པའི་སྒྲེ་བོ་འགའ་མེས་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱར་བ་འདེབས་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་
 དང་རིགས་གསར་གྱི་རིགས་པ་དངོས་ཀྱིས་འགྲུབ་པ་གཉིས་དོན་ཐ་དད་ཡིན་པའི་
 བྱིར་རོ། །

སངས་རྒྱས་པའི་ཀྱུ་བ་མཐའ་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་འདིའི་ནང་ཏུ་
 རིགས་གསར་གྱི་རིགས་པ་ལྟ་བུ་བརྒྱ་ཤོད་སྟོང་ཤོད་ཡིན་པས། ཡེ་སྤྱི་ཚོས་ལུགས་
 པ་རྣམས་བཞིན་ཏུ་འགོག་ཐབས་བྱེད་པ་ནི་ཐོགས་འདིར་སྤྲུལ་པ་མ་བྱུང་དོ། །དེ་ལྟ་
 བཤའ་རིགས་གསར་འདི་ནི། རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ལོ་བརྒྱ་ཡག་མང་པོར་འབད་པ་སྟ་
 ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་བརྒྱན་པ་དེ་རྣམས་ཡུད་ཙམ་ཀྱིས་ཐལ་པའི་རུལ་བཞིན་ཏུ་གཞི་
 མེད་ཏུ་གཏོང་བའང་ཡིན་པས་ན། མི་རྣམས་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐན་པ་སྟ་ཚོགས་
 པ་བརྒྱབས་མོད། སྒྲེ་འགོ་ཡོངས་རྫོགས་ཅུ་མེད་ཏུ་བྱེད་པའང་རྒྱད་ཅིག་གཅིག་



ལས་མི་དགོས་པ་བྱས་ཐོན་ལ། རང་རམ་བྱགས་ཀྱིས་སྟོན་བཅུད་གཉིས་ཆར་
 ལའང་མི་བདེ་བ་སྒྲུ་ཆོགས་ལོ་འེ་ལས་ལོ་འེ་རྩེ་མང་དུ་འདྲེན་པ་མཛོན་སུམ་ཡིན་པ་
 ལ་སུས་ཀྱང་སྟོན་འདིང་མི་ལུས། རིགས་པ་འདི་དར་ནས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་འགའ་ལས་
 མ་སོང་ཡང་དེའི་རིང་ལ་གཞན་རྒྱམས་སུ་མ་ཟད་མེད་ཐབས་མེད་པའི་བར་སྒྲུང་གི་
 དྲིང་བའི་རྒྱངས་རིམ་མན་ཆད་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཅི་རིགས་ཐེབས་པས་མཐར་ཐུག་
 ཁེ་ཆེའམ་ཐུང་ཆེབས་ཆེ་སུས་ཀྱང་ཁ་ཆོན་གཅོད་དགལ། ཚུལ་འདི་ལ་ཁོང་ཅག་གྱང་
 ཅོད་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་དག་ནི་འབྲལ་གྱི་བདེ་བ་ལ་
 ཆེས་ཆེར་ཞེན་པ་ཡིན་པས་དེ་ཞིག་སུས་ཀྱང་མི་ཁེགས་སོ། །གང་ལྟར་ཡང་རུང་
 འཇམ་གྱིང་གི་མི་རིགས་གཞན་པ་དག་ལ་སོ་སོའི་ཡུལ་ན་རང་དབང་དུ་ལོངས་
 སྟོན་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་དག་མཆིས་པ་འདི་བོད་ལའང་མི་མཁོ་བ་ཡིན་པས་འབད་
 བར་མཛོད་ཅིག་དང་། ལུང་ཕྱེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་ཁ་འཛིན་བྱས་པས་ནི་དེ་ལ་ཕན་པ་
 ལས་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་ངེས་སོ། །

དེ་ལྟར་མཁས་འཇུག་གི་རྒྱམ་བཤད་ལ་ཁྱུང་དུའི་ངག་གིས་དབྱད་པ་མདོ་ཙམ་བྱས་
 པ་འདི་ནི། རང་ཉིད་སྟོན་པའི་རྩེས་འཇུག་ཙམ་དུ་ཁས་འཆེབ་ཡིན་པས་སྟོན་པའི་
 གསུང་རབ་ལ་སྟོན་སྟོང་ཙམ་བྱ་བའི་དགོས་པ་སྐབས་སུ་བབ་སྟམ་དུ་བསམས་ནས་
 བྱས་པ་ཡིན་གྱི། རང་ཉིད་བྲགས་ཕྱིར་དང་གཞན་སྤྱི་འབེབས་པའི་ཕྱིར་སུན་ཅི་
 ཕྱིན་དུ་གྲོལ་འདོད་ཀྱི་ཆགས་སྤང་གི་ཀྱན་སྟོང་ངན་པ་གཞར་ཡང་མེད། ལར་གང་
 ཟག་སྤྱད་དང་བྱུབ་མཐའ་གང་གི་ལྷགས་ལའང་སྤང་བྱགས་ཀྱིས་སུན་འཕྱིན་འདོད་
 མེད་ཀྱང་། འདོད་པ་མི་མཐུན་པ་གཉིས་ལས་གཅིག་བསྐྱབ་པ་ལ་ཅིག་གོས་དེར་
 དངོས་སམ་བྱགས་ཀྱིས་ཁྱུང་ཟད་བཛོད་པར་སོང་ཡང་དེ་ཙམ་ལ་ཁོ་བར་མི་བྱ་ལྟེ།
 ཀྱན་མཁྱེན་མི་མམ་བྱ་མཆོའི་ཞལ་ནས། བདག་སོགས་སྐྱེ་བ་འདི་ལ་སྤྱི་རབས་

པའི། །རྗེས་སུ་སྒྲིམ་ཕྱིར་དེ་ལྟགས་རྗེས་བརྗོད་ཅུམ། །བྱས་ཀྱི་གཞན་ལ་གསེ་བ་མ་
ལགས་ཀྱང་། །མི་མཐུན་བཞེད་པའི་གཅིག་གོས་སྒྲུབ་པ་ན། །གཞན་པ་དེ་ལ་
འགྲིགས་པར་མི་འོས་ཀྱང་། །ཅུང་ཟད་མ་བརྗོད་ཕྱོགས་ཆུང་མི་མཐོང་ཕྱིར། །ལ་རྗེས་
སུ་འཇུག་ཡིན་ལུལ་ཅུང་ཟད་སྒྲིམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་རྣམ་བཤད་
ཅུམ་པ་པོས་གཅོས་མཁས་སྒྲུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱགས་ལ་ཅིས་ཀྱང་གཞོད་པ་མེད་
པར་ལྷ། རང་གཞན་གྱི་ཞེ་འདོད་གང་ལའང་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་བདེན་དཔང་དུ་
བྱ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་གཞན་གྱི་ཟེར་སྒྲོས་བསགས་ནས་རང་གི་རིག་
གཞུང་རྣམ་དག་སྒྲུབ་འབྱེན་པའི་སྒོལ་ངན་ཞིག་ཀྱང་འབྱུངས་སུ་གྱུར་ན་པོད་ཀྱི་སྒྱི་
ཆོགས་ལ་གཞོད་པ་ཁོན་ལས་འབྲུལ་སྒྲིག་གི་པན་པ་གང་ཡང་མ་མཐོང་བས། སྤྲད་
ནས་པོད་ཀྱི་ཅུམ་པ་པོ་དག་གིས་མིག་ཀྱང་རིང་ཅུམ་མཛད་ནས་འདི་ཕྱོགས་ལ་ཅིས་
ཀྱང་བག་ཡོད་ཅིག་གནང་བར་ལྷ།

དེང་སང་དུས་དབང་གིས་སྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཁས་འཆེ་བའི་རང་གཞན་སྒྲིགས་
མའི་སེམས་ཅན་དག་གི་ཁྱོད་ན་མི་རིགས་ཀྱི་མགོ་ན་དང་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་
སྟན་ལ་གཞོད་པའི་བྱ་བ་ངན་པ་བྱེད་པ་དག་ཡོད་མོད། དེ་ནི་གང་ཟག་དེ་དག་གིས་
ཉེས་པ་ཡིན་གྱི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་གྱིས་ཞེས་གང་དུ་འང་བཀའ་སྤྲུལ་བ་
མེད་པས་བསྟན་པ་དངོས་གནས་པ་ལ་སྟོན་དེ་དག་དཀྱིག་ལ་རུང་སྟེ། ཤན་ལེགས་
པར་འབྱེད་པ་གལ་ཆེ། གལ་ཏེ་ཅིས་ཀྱང་ནང་པའི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུ་འམ་ལྟ་སྒྲོམ་
སྟོད་པ་ལ་གནའ་དེང་གི་རིགས་པ་ཡང་དག་དང་འགལ་བའི་སྟོན་ཡོད་པར་སྒྲི་བར་
འདོད་ན་ནི། འཇམ་པའི་དབྱངས་དངོས་མི་ཡམ་རྒྱ་མཆོའི་ཞལ་ནས། གལ་ཏེ་དོན་
ཆེན་ནན་གྱིས་འཇུག་འདོད་ན། །ལུང་གི་གཞུལ་རིགས་པའི་མདའ་སྐར་ཏེ། །



མཁས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི། །ཤེ་མོང་ངོམས་ལ་ནམ་ཡང་མི་
མོས་མེད། །རིགས་པས་ཐུབ་ཀྱང་བསྟོན་འདིང་ངས་མི་བྱེད། །རྒྱལ་བཞིན་སྐྱས་ན་
ཁོ་བག་ལ་སྒྲེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཁས་པའི་མདུན་སར་ལེགས་པར་འབེལ་
ན་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །

སྐྱས་པ། དབུས་འགྱུར་ཚོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནས། །བདེར་གཤེགས་གསུང་རབ་
ལོར་ལུང་ལོ་དག །ཡབ་མེས་དེད་དཔོན་མཁས་པས་ལེགས་བྲུངས་ནས། །

གངས་ཅན་འགོ་བློའི་དབུལ་བ་སེལ་བྱིར་བཞག །བསྟན་པའི་ཤིང་རྩ་བའི་སྒྲོང་
རྩེ། །ཐུགས་བསྐྱེད་སྐྱ་རེངས་གསལ་བའི་མཐུས། །ཐེག་མཚོག་ཉི་གཞོན་རབ་
བྲངས་པ། །འཛམ་གླིང་མཛེས་པའི་རྒྱན་གཅིག་ཟུབ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཤེས་མེད་
འབྱུང་བུའི་ཚོགས། །ལེགས་བཤད་འོད་སྤང་ལྟ་བུའི་མིག་བྲལ་བས། །མ་རིག་ལྟ་
རན་འཐིབས་པའི་སྒྲིབ་གླིང་ན། །ལྟས་རན་སྒྲོ་སྐྱར་ཅ་ཅོ་ཅིར་ཡང་སྒྲོག །ཡ་མེས་
དམ་པའི་རིག་གཞུང་རིན་ཆེན་ནོར། །རན་རྟོག་འདམ་བྱིས་སྒྲགས་པའི་སྤྲོད་ཁམས་
ལ། །ཡ་རབས་དཔྱོད་ལྡན་སུ་ཡང་མི་མཚར་བྱིས། །བག་མེད་དེད་གསྐྱབ་བ་བསྐྱངས་
ན་མཛེས། །ལུང་བུལ་རིགས་པ་རྒྱལ་བའི་འཆལ་དག་གིས། །

གཤམ་འདོད་ལོག་པའི་ད་རྒྱལ་སྤྲད་པའི་གནས། །དེ་བྱིར་རིགས་པའི་དཔལ་པོ་
འཁུམ་ཡུག་གི། །རྗེས་བསྟེགས་གཟུབོར་སྐྱས་ན་ཅི་ཡིས་ནོངས། །བྱབ་པའི་ལེགས་
གསུང་གངས་ཅན་འགོ་བའི་མིག །ལོག་རྟོག་སྐྱར་མས་འབྱུང་བའི་སྒྲོབས་པ་ཅན། །
ད་དུང་རྟོ་ཤེའི་སྤྱི་རྒྱས་སེམས་སོ་ལོ། །ཡ་བསད་རྒྱལ་རྩ་རྩང་བའི་མཁས་པ་
མཚར། །དྲི་མེད་རྒྱལ་བའི་ལེགས་གསུང་ལ། །མི་ཤེས་འཁྱུང་བའི་སྤྱི་བརྟོལ་ཡང་། །
ཅོལ་རུང་བློ་ཡིས་ངོ་མཐོན་དུ། །རྫོམ་པ་བླུན་པོའི་རང་མཚང་ལྟོས། །དེ་བས་འབྲལ་
ལུགས་ལེགས་ཉེས་ལ། །དཔྱོད་པའི་མིག་རྒྱང་ཡངས་བྱས་ནས། །དམ་པའི་རང་

ལྷགས་སྟོན་མེད་པ། །སྙན་འབྱིན་ལྷགས་ངན་སྤང་བར་མཛོད། །དེ་ལྟར་སྤྲུམ་པའི་
 བླ་དཀར་གྱིས། །བསོད་ནམས་སྒོ་གོས་སྟོབས་དམན་པའི། །དུས་མཐའི་འགྲོ་
 སློའི་སྙན་སེལ་ཞིང་། །ཤེས་རབ་རྒྱ་གཞོན་རྒྱས་སྤྱར་ཅིག །བདག་ཀྱང་ཆོ་རབས་
 ཐམས་ཅད་དུ། །དམ་ཆོས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་ཟེར། །སྤྱིང་གི་པརྟོར་ལྷུང་ལྷུང་
 བས། །གཞན་ལན་འདབ་སྟོང་གྲོལ་བར་གྲོག །ཅིས་པ་འདི་ནི་བོད་རབ་རྒྱན་ལྷགས་འབྱུག་རྒྱ་
 རྟོད་རྒྱ་པའི་ཆོས་བཅོལ་ལྟེ། །འགྲོ་བ་མཐོངས་གྱི་མ་འདྲིས་པའི་མཛོལ་བཤེས་ཆེན་པོ་རྟོན་པ་བཀའ་འདིན་ཅན་
 མཉམ་མེད་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལྷམས་སྤྲུགས་པའི་དུས་ཆེན་ལ་གསེར་ལྗོངས་སྤྲུམ་པར་ལྟ་ཅིག་ནང་
 བརྟན་སྟོབ་ཀྱི་ཆེན་མོར་རྟོན་པའི་རྗེས་འཇུག་གི་མིང་ཙམ་འཛོན་པ་རྩལ་ཁྲིམས་སྒོ་གོས་སྟོབ་ལོད་པས་
 རྟོགས་པར་སྤྱར་བ་དག་ལྷགས་སྤྱུར་ཅིག །



བག་ཆགས་དོང་སྒྲུག་གི་ལན་དུ་བརྗོད་པ་སྒྲོངས་པའི་སྒྲུབ་འཛུལ་
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

རྒྱལ་བུ་ཡེ་ཤེས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་གཟིམ། །

ཀྱན་སྒྲོངས་སྒྲུབ་པའི་བྱ་བ་མཐར་བྱེད་ཅིང་། །

ཕན་བདེའི་ལམ་སྟོན་སྒྲུ་དགུའི་མིག་གཅིག་ལ། །

ཀྱན་མཆོད་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་གཙུག་ན་རྒྱལ། །

ལུང་རིགས་མཆེ་ཐེར་བཀྲད་པའི་རྣོད་པལ་གྱིས། །

ཕས་ཞོལ་གྲུང་པོ་སྟོང་གི་གྲུང་བ་འགེམས། །

སྒྲུ་པའི་སྟེང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་སོགས། །

རིགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་ལ་གྲུས་བྱས་འཛུལ། །

དེ་ལ་འདིར་སྟོན་པ་བྱགས་རྗེ་ཅན་མཉམ་མེད་བྱུང་པའི་དབང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་
སྟོབ་པ་ལམ་གྱི་ཆོན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་དབྱེད་སྒྲུབ་སོགས་ཀྱང་
གྲངས་མེད་པར་བཏང་བས་དཀའ་བ་ཆད་མེད་པ་སྒྲུད་དེ་མཐར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་
མདོན་སྒྲུབ་དུ་མཆོད་ནས་བྱོགས་དང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་འགོ་བ་ཡོངས་ལ་
དམིགས་པ་མེད་པའི་སྟིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཉི་པར་དགོངས་ཏེ། ཐར་པའི་ལམ་མཆོག་
ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་ཞིག་བཀའ་སྒྲུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་
ཞིག་གིས་ཞི་བའི་གོ་འཕང་བླ་ན་མེད་པ་བརྟེན། སྟོན་པ་ཞི་བར་གཤེགས་པའི་འོག་
ཏུ་བརྟན་པའི་གཏད་རབས་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་འཛུལ་གྱིང་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་
རྒྱན་བྱས་ལ་སོགས་པས་ལེགས་པར་བཟུང་བས་ལོ་ཉིས་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་ཅམ་

ཞིག་འདས་པ་ན་ད་དུང་འཛམ་གླིང་ན་མ་ཉམས་པར་སྒྲིཊ་བྱེད་དཔལ་དུ་གནས་
སོ། །དེ་ཡང་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་བྱང་ནས་བྱང་དུ་དར་བར་ལུང་བསྟན་པ་
ལྷར་འཕགས་པའི་ཡུལ་ནས་རིམ་པར་གངས་ཅན་གྱི་ངས་སོགས་སུ་དར་ནས་སྒྲིཊ་
བྱངས་མེད་པ་ལ་ཕན་པ་བདེ་བའི་སྒོ་འཕར་རྒྱ་ཆེར་བྱེས། དེ་ནས་དུས་རབས་ཉི་ལྔ་
པའི་ནང་དུ་འཛམ་གླིང་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཡོ་རོབ་དང་ཨ་རི་ལ་སོགས་པར་དར་དེ། ད་ལྟ་
དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པའི་མགོ་ཟུག་པའི་བར་དུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་སྒྲིཊ་པོ་མཁས་
སྟན་རབ་དུ་མང་བོ་རྣམས་ཀྱིས་དད་འདུན་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་དེ།

དབྱིན་ཇིའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲིཊ་པའི་མཁས་པ་ཨར་ནོད་ཟོ་ཡེན་ལྷོས་Arnold Toynbee
དུས་རབས་ཉི་ལྔ་པར་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་བྱ་བ་དེ་ནང་བསྟན་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་དར་བ་
དེ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། རྒྱབ་ཕྱོགས་པ་དངོས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་དར་རྒྱས་སུ་སོང་སྟེ་
སེམས་ཀྱི་འཁྱེར་སོ་ཡང་འཛིང་ཡི་སྟག་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་དག་གི་འདི་ཕྱི་གཉིས་
ཆར་ལ་ཕན་པ་གིན་ཏུ་ཆེན་པོ་བྱུང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་རིགས་གསར་
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་མཆོག་ཨན་ཤི་ཐན་ Albert Einstein འཇུ་ཤུ་ནུ་དང་།
དུས་རབས་གཅིག་གི་མཁས་པ་ཞེས་བསྟགས་པའི་མཆོན་ཉིད་རིག་པ་པ་པི་ཐུན་ཏུ་
ར་ལེལ་Bertrand Russell ར་ལེལ་ལུ་ལུ་བྱུང་བའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་
པ་ཀ་རོ་གོས་སུ་ཏ་རྩོད་པོར་Carl Gustav Jung ར་ཀ་རོ་གོས་སུ་བྱོགས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་དེར་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་ཆེས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་བགྱང་བ་དེ་
དག་གིས་ནང་པའི་ཆོས་ལ་གིན་ཏུ་གཅིགས་ཆེན་བྱེད་དེ་གཞན་དུ་གྲེས་པར་བྱའོ། །
རིགས་གསར་ཀྱི་རིགས་པ་དར་རྒྱས་སུ་བྱུང་སྟེ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དག་བརྒྱལ་ནས་
རིམ་གྱིས་སའི་གོ་ལ་ཕྱི་ལོ་བྱུང་། སྟོན་མ་གྲགས་པའི་ལྷ་བ་འགའ་རེ་གསར་



བདོད་བྱས་པས་རྒྱལ་ཕྱོགས་པའི་ཆོས་ལུགས་པ་དག་དང་མ་མཐུན་ནས་ཅོད་པར་
 བྱུང་ཏེ། རྣམ་གཞག་ཕྱན་ཕུ་མེད་སྟེང་ནས་རིགས་པ་གསར་པའི་ལུགས་དེ་དོན་དང་
 མཐུན་པར་བྱུང་། འོན་ཀྱང་སྐྱོན་པོ་འགའ་ཞིག་དེ་ཙམ་གྱིས་ང་རྒྱལ་སྐྱེས་ཏེ།
 རིགས་གསར་གྱི་རིགས་པ་དག་དང་འབྲུད་ཆེ་ཆོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་གྱིས་བཤད་
 པ་ཀྱུན་དེ་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ཁྱེད་མེས་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་རིགས་གསར་གཉིས་ཆར་
 མ་ཤེས་པའི་རང་མཛེད་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། ཆོས་དང་རིགས་གསར་གཉིས་ཀའི་རྣམ་
 གཞག་རྩུང་ཟད་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་དེ་ལྟར་དུ་མི་སེམས་སོ། །

ཡང་ཟིང་འབྲུག་ལོ་བཅུ་མོགས་ཀྱི་དུས་སུ་བྱུང་བའི་ཏ་ཅང་གཡོན་དུ་ལྷུང་ཆབས་ཆེ་
 བའི་བསམ་པ་སྐྱོན་ཅན་དག་གི་བག་ཆགས་འབྲུག་པོས་རྒྱད་མ་རུངས་པར་བྱས་པ་
 འགའ་ཤེས་འཛམ་གླིང་གི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་
 མི་ཤེས་པར་གཞན་ཟེར་རྗེས་བརྗོད་ཙམ་གྱིས་ཞེ་ཆོམ་ནས་ད་དུང་དམ་པའི་ཆོས་
 མོགས་རིག་གཞུང་རྟིང་པ་རྣམས་མི་རིགས་རྗེས་ལུས་སུ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གྱི་གཙོ་
 པོ་ཡིན་པར་འཛིན་པ་ནི། ཅུ་བ་ནས་འཆུག་པར་གྱུར་པ་ཁོན་སྟེ། མངོན་སུམ་དང་
 འགལ་པར་གྱུར་པ་ཙམ་ཡང་མ་ཤེས་པར་ཟད་དོ། །དེ་ཡང་རི་ལྟར་ན། མི་རིགས་
 ཀྱི་རིག་གཞུང་ཅུ་བ་ནས་མེད་པར་མ་བྱས་ན་ཐོན་ཐོན་གྱི་གལ་དུ་མི་ཅུད་པར་
 འདོད་ཅིང་ས་མེས་ཀྱི་ལུགས་སྟོལ་ལ་ཐན་དུ་ལྟ་བུ་པོ་བཟྱ་རྒྱལ་གྱིས་བག་ཆགས་
 དོང་སྒྲག་ཅིས་བྱ་བ་བྱིས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདིར་དེ་ལ་ལན་མཆོན་ཙམ་ཞིག་བརྗོད་པར་
 བྱའོ། །

དེ་ལ་ཁོན་ནེ། སྒྱིད་ལ་སྐྱུག་པའི་འཛིག་རྟེན་མི་ཡུལ་འདིར། འཕྲོ་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་
 འཛོག་ནས་བྱ་བྱིར། དག་འདྲེ་འཕུང་སྒྲོར་གྱི་ཡོ་ལང་འབྲུགས་པའི་བག་ཆགས་རྟིང་
 པར་ངན་བགང་ལ་མཛེད་འབྱ། གཡུལ་བཤམས་ལ་འཐབ་མོ་སྒྲན། འཕྲོ་ཡུལ་

དག་དེ་ཡུལ་གཞན་ནས་བཅའ་རྒྱ་མེད། འུ་ཚོའི་འཕྲུང་དག་ནི་འུ་ཚོ་རང་ཉིད་གི་
བག་ཆགས་སྤྱིང་པ་ཡིན། བག་ཆགས་སྤྱིང་པས་ད་རེག་བར་དུ་འུ་ཚོའི་འཚོ་གནས་
གི་སྒོག་དབུགས་ཚར་གཅོད་བཏང་ནའང་། ད་ལྟ་ང་ཚོས་བག་ཆགས་སྤྱིང་པའི་ཅ་
ལག་དང་བཅས་པ་བཅོམ་བསྐྱག་བྱ་ཆེད། འགས་གཏོར་གི་མདའ་ཁ་རང་སེམས་
ལ་གཏོད་ཅིང་། བྱི་ཚོ་ལ་གི་དབུ་སྒོར་རང་ཉིད་ནས་ཚོམ། བག་ཆགས་སྤྱིང་པའི་ངོས་
གི་དག་འདྲེ་འཕྲུང་སྒྲོར་གི་དབུང་ཚོགས་དེ་དག་དབྱེ་ན་རིགས་དང་རྣམ་གྲངས་
མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་མིད་ནའང་། ང་ཚོས་གནས་སྐབས་སུ་རིམ་པ་བཞི་རྩ་བྱས་ནས་
རེ་རེ་བཞིན་གཞོམ་གཞིག་གཏོར་དགོས་ཏེ། ཞེས་དང་།

རིམ་པ་གསུམ་པ། དམ་པ་ལྟ་ཚོས་བག་ཆགས།

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད། །འོན་ཀྱང་སྒོ་བྱར་དྲི་མས་བསྐྱིབས། །དྲི་མ་
དེ་བས་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས། །ཞེས་པ་ལྟར། དམ་པ་ལྟ་ཚོས་གི་གཞུང་གི་དེ་
སེམས་རེད། སེམས་གི་ངོ་བོ་འོད་གསལ་པའི་ཆ་དེ་རང་སར་འགྲོལ་བ་ལ་དང་པོ་
ངོས་འཕྲུང་བྱང་རྒྱབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བཟུང་སྟེ་མཐར་ཐུག་ཡོགས་པའི་སངས་
རྒྱས་གི་བར་དུ་འཁོར་པའི་ཅ་བ་མ་རིག་པ་ཉིད་དང་། བདེན་པ་གཉིས། སྒྲིབ་པ་
གཉིས། བདག་མེད་གཉིས། ཚོགས་གཉིས། ཐེག་ཚེན་གཉིས། རྟག་གསུམ། ཤེས་
རབ་གསུམ། ཐེག་པ་གསུམ། བསྐྱེད་པ་གསུམ། སྒྲིན་པ་བཞི། བདེན་པ་བཞི།
ཞེས་སོགས་ནས། བསྐྱེད་པའི་གཞི་ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་གསུམ་སོགས་བསྐྱེད་པར་
བྱ་བ་དང་། ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས། ཉོན་མོང་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་རྩ་ཅུ་
བཞིའི་གཉིན་པོ་ལ་ཚོས་ཐུང་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་རྩ་ཅུ་བཞི་གསུངས་པའི་དམ་པ་ལྟ་ཚོས་
གི་རིག་གནས་འདི་ཡང་འུ་ཚོའི་བག་ཆགས་སྤྱིང་པའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་རེད། ཅེས་ཟེང་།



པོ།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་དཔེ་ཞིག་ལས་གཅིག་ནས་བརྒྱ་ཐུག་པར་
 ཀྱི་གྲངས་བཟང་བ་རྣམས་བལྟས་ཏེ་འདི་རྣམས་ལུ་ཆོའི་བག་ཆགས་རྙིང་པ་ཡིན་
 ཞེས་ཟེར་མོད། ཁྱོད་ལ་ནི་བག་ཆགས་འདི་དག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་གོས་ཡོད་ཆོད་མི་
 འདུག་པས་སློབ་དེ་བར་བསྐད་པས་ཆོག་འདུག་སྟེ། སྤང་བྱ་མེད་ན་སྤང་བའི་འབད་
 པས་ཅི་ཞིག་བྱ། ལར་བག་ཆགས་རྙིང་པ་ཡིན་ན་སྤང་བྱ་ཡིན་པས་བྱལ་ཅེས་ཟེར་
 རམ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཉིད་སྤང་བྱ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན་པོད་
 རྒྱུད། པོད་ཡིག་རིགས་རུས། ཡུལ་ཐོལ་གོམ་གཤིས། མི་ཆོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་
 ལྟ་ཆོས་དགེ་བ་བཅུ། རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ཏེ། མདོར་ན་པོད་ཅེས་པའི་
 མིང་ཙམ་ཡང་ལྷག་མར་མ་ལུས་པ་བྱོས་ལ་དེ་ནས་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་སུ་ཐོངས་
 དང་ངོ་མཚར་ཆོའོ།

གལ་ཏེ་བག་ཆགས་རྙིང་པ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་གྱི་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཉིད་
 སྤང་དགོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ན། འོ་ན་དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། དེ་ལ་ཞོས་རྒྱ་
 མཚན་སྤྲས་པ། སྤྱི་ཡོན་ཏན་མཚན་དཔེ་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས། གསུང་གི་ཡོད་
 ཏན་ཆངས་དབྱངས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ། ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་སྟེ་
 ཚན་ཉེར་གཅིག་ ཡོན་ཏན་དང་ཐོན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་
 བདག་ཉིད་ཅན་ནམ། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་གཟིགས་ཤིང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ངོ་པོ།
 སྤྱི་བ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཙས་པ་སྤངས་པའི་ཤེས་པ་འཕམ་རྟོགས་པའི་གོ་འཕང་
 བྱིད་མ་པ་ལྟ་ཆོས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་མཐར་ཐུག་རེད། དམིགས་ལུལ་དེ་ཆོས་པའམ་
 ཐར་བ་རྒྱལ་མཁན་ཆོའི་མཐོ་སྟེགས་བྱ་ལུལ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་འཇིག་རྟེན་པའམ་
 འཆོག་ནས་འབྱུངས་མཁན་ཆོའི་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཞིག་མིན། ཞེས་ཟེར། དེ་ལ་དམ་

པའི་ཚས་ཀྱི་དམིགས་ལུལ་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཡིན་པས་འཛིག་
 ཉེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚས་བསྐྱབ་མི་དགོས་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྩ་བ་ནས་ནོར་ཉེ། འདི་
 ལྟར་དམིགས་ལུལ་སངས་རྒྱལ་ཡིན་པས་དེ་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིམ་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་དེ་
 འཛིག་ཉེན་པས་བསྐྱབ་མི་དགོས་ཟེར་རམ། སྒྲིམ་བྱ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་ལམ་ཡང་བསྐྱབ་
 མི་དགོས་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན་ཉན་རང་གིས་ཀྱང་མེ་ཞིག་དེ་མི་རྒྱུ་བ་པས་ན་མི་རྒྱུ་
 བ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་སྒྲིམ་ཚས་བསྐྱབ་མི་དགོས་པར་ག་ལ་འགྱུར།
 གཉིས་པ་ལྟར་ན་གིན་རྒྱུ་འབྲེལ་མེད་དེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་དོན་དུ་མ་གཉིས་
 རྒྱན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་ཐར་བ་དང་རན་སོང་ལས་ཐར་བའི་མཐོ་རིས་ཀྱི་ཐུན་
 ཚོགས་ཀྱང་བསྐྱབ་མི་དགོས་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ལོག་བཤད་ཁོ་
 བའོ། །ཀྱི་མ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བཀའ་ལའང་དགག་པ་བྱེད་པར་རྫོམ་པའི་སྤྱི་བརྟོལ་
 མཁན་དག་གི་རིགས་པ་ལ་ལྟོས་གིག།
 འོན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དམིགས་ལུལ་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱལ་ཡིན་ནོ་ཞེན། དེར་
 ཡང་མ་ངེས་ཉེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དམིགས་ལུལ་མཐར་ཐུག་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་
 ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སན་པ་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཉེ།
 གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཐན་པར་མ་གྱུར་ན་སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཡང་དོན་
 དུ་གཉིས་བར་མི་འགྱུར་ཉེ། སངས་རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱུ་གཞུགས་མངོས་པ། གསུང་
 སྟན་པ། ཐུགས་རིག་པ་ཀྱང་། སྟོན་ཟེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་
 འདུག་པས་བདག་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱས་ནས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་
 ཞིང་སྦྱིད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སོང་སྟེ་སོས་དལ་བག་ཐེབས་ཀྱི་ངར་འཚོ་བར་བྱའོ་
 སྟམ་པ་དང་དེའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གཏན་ནས་མ་



ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དབུ་མ་འདྲེན་པ་ལས། གང་ཕྱིར་བཙེ་ནི་ད་ཀྱིས་བའི་ལོ་རྟག་
འདི་ལོ། །ས་བོན་དང་ནི་ཆུ་དང་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྤྱོད་གནས་ལ་སློན་པ་ལྟར་
ཐུང་བ། །དེ་ཕྱིར་ཐོག་མར་སློང་རྩེ་བསྟོད་པར་བཤུ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པའི་བསམ་པ་དང་དེ་
དང་མཐུན་པའི་སྦྱར་བ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་
གེས་གེས་ཁུལ་གྱིས་བསྟན་པའི་རྣམ་གཞག་དཀྲུག་པར་མ་བྱེད་ཅིག དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་
ཀྱི་བཤད་པ་དེས་དོན་གྱིས་ན། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་ཆུ་དེ་ཆོས་པ་རྣམས་
ཀྱིས་མཐོ་སྟེགས་བྱ་སྒྲུལ་ཡིན་གྱི། འཛིག་རྟེན་པ་དག་ལ་མཐོ་བའི་བྱ་བ་མ་ཡིན་
ཞེས་སྒྲུས་པ་ཡིན་པས་ན་ཆོས་ལུགས་ལྟ་ཅི་མི་ལུགས་དང་ཡང་རྒྱབ་འགལ་དུ་ཐུར་
པའི་འཆལ་གཏམ་ལོག་པའི་སྒྲོབ་གསོ་ཁོ་ནའོ། །

འཛིག་རྟེན་བའམ་འཆོ་གནས་འབྲངས་མཁན་ཞེས་པའི་འཆོ་རྒྱལ་དང་གནས་རྒྱལ་
དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞེ་འདོད་ལྟར་ན། ཆོ་སྤྱི་མ་རྒྱབ་ཏུ་བོར། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཁྱད་དུ་བསད།
དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཞེ་ལོག་མི་དགེ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་འཆོལ་ཉིག་ཏུ་སྦྱུད་ནས་མི་
རྣམས་ཀྱིས་ཕན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མི་རུང་སྟམ་པ་དང་མི་ངོས་སྟམ་པ་གང་
ཡང་མེད་པར་པོ་གང་རྟོག་དང་ཐབས་སུ་མཁས་ཀྱིས་རང་རང་སོ་སོའི་ཆེ་འདིའི་
འདུག་རྒྱས་ཁོ་ན་ཙམ་ཞིག་གི་དོན་དུ་ངན་སྦྱོད་སྒྲ་དགུ་འཛུམ་མེད་དུ་བྱས་ནས་
གནས་པ་ཙམ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་པར་འདུག་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་འཆོ་
གནས་ཙམ་པོ་བསང་ང་ཆོའི་ཞེ་འདོད་གཏན་ནས་སྒོང་མི་ཐུབ་ཅིང་། འཆོ་གནས་ཙམ་
པོ་བསང་ང་ཆོའི་སྒོ་ཡིད་ཀྱང་ནས་ཆོམ་མ་རྩས། ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་འཆོ་གནས་སྟུག་
ཅག་དེས་ནི་བོད་མི་དམངས་ཀྱི་རེ་འདོད་དེ་བས་ཀྱང་སྒོང་མི་ཐུབ། སྒོ་ཡིད་དེ་བས་
ཀྱང་ཆོམ་མི་རྩས། གང་གི་ཕྱིར་ན། ང་ཆོ་ལ་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཀྱང་དགོས་ལ་ཆོ་སྤྱི་

མའི་བདེ་བའང་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཆར་གྱི་བདེ་སྦྱིད་རབ་རྒྱ་འཛུམས་པར་བྱེད་པའི་དགའ་འདྲི་མཉམ་སྦྱར་གྱི་ཡོ་ལང་འབྲུགས་པའི་འཆལ་གཏམ་འདི་དག་ལ་ངན་བགྲང་ལ་མཚང་འབྲུ། གཡུལ་བཤམས་ལ་འབབ་མོ་སྒྲན་ངེས་པར་དགོས་ཏེ། རང་ཅག་ལ་ཕྱི་དངོས་པོའི་ ལོངས་སྦྱིད་མེད་པར་མ་ཟད་ནང་སེམས་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་བར་ རམ་པའི་སྦྱར་ངན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་ཆོ་འདིའི་འཆོ་ཐབས་ཁོན་ བྱས་ཏེ་བསྐྱད་པས་ཆོག་གི་ཆོ་ཕྱི་མ་པན་ཆད་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ནི་མེད་ངེས་ཡིན་ རོ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་གསལ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་སྒྲོས་གིག་དང་། ད་གཤོད་དེ་ལྟར་སྒྲས་ན་ ཆོག་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཁྱེད་ནས་འོང་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བསྒྲགས་ཏེ་ སྤོད་དོ། །དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཕྱིན་སྒྲེ་འགྲོ་རྣམས་མགོ་བསྐྱར་ནས་རྒྱུད་རྒྱུད་གསན་པར་ མ་བྱེད་ཅིག་གལ་ཏེ་དེ་ཅག་གིས་དེ་དག་ཡོད་པར་མ་མཐོང་བས་ཡིད་མི་ཆེས་སོ་ ཟེར་ན། འོ་ན་ཁྱེད་ཅག་གིས་དེ་དག་མེད་པར་མཐོང་ངམ། མེད་པར་ཡང་མ་མཐོང་ རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་མེད་པ་ལའང་ཅིའི་ཕྱིར་ཡིད་ཆེས་བྱེད་པ་ཡིན། ལེགས་པར་ སེམས་གིག་ཁྱེད་ཀྱི་བསམས་ཆོད་ལ་སྔོན་ཐོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་དག་གིས་དམ་པའི་ ཆོས་མ་བསྒྲུབས་པས་དར་རྒྱས་སུ་སོང་པ་ཡིན་སྟུང་འདུག་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་ཟིང་འབྲུག་ ལོ་བརྩ་སོགས་ཀྱི་རིང་ལ་པོད་ན་མ་ཁི་ཆོག་གཅིག་ཙམ་ཡང་འདོན་མཁན་དགོན་ པས་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་ངེས་ན་ཅི་ཞིག་བྱུང་འདུག་རྒྱ་ནག་རྒྱལ་ལོ་རབས་ བརྒྱད་ཅུ་པ་དང་དགུ་བརྒྱ་པ་སོགས་ལས་ལོ་རབས་ལྔ་བརྒྱ་པ་དང་དྲུག་ཅུ་པ་སོགས་ ཀྱི་སྐབས་དར་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡོད་དགོས་ན་དེ་འདུག་གམ་ལྟོས་དང་གསལ་ལོ། ། དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གསར་ལག་རྩལ་དར་བའི་རྩེར་སོན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་ན་



ཕྱི་པ་ནས་ནང་པའི་བར་གྱི་ཆོས་ལུགས་སྣ་ཆོག་ས་པ་དར་ཁིང་རྒྱས་པར་འདུག་ཟླ།
གང་གིས་ཀྱང་གང་ལ་འགལ་ཞུན་དང་གནོད་པ་བྱས་མི་འདུག་ན་ཁྱོད་གྱིས་འདི་
གཉིས་ལ་གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་གྱི་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་མཐོང་། འཛམ་གླིང་གི་དངོས་
ཡོད་གནས་རྒྱལ་གང་ལ་འང་རྟོག་དབྱེད་མེད་པར་གཞན་གྱི་གཡམ་འབའ་ཞིག་ལ་
རྒྱག་པ་ནི་མཁས་པར་རྣོ་མ་པ་དག་ལ་གིན་རྩ་མི་མཛེས་སོ། །

དེས་ན་འདི་ལྟར་གེས་པར་བྱ་ཟླ། ནང་པའི་ཆོས་ལ་ཐེག་པའི་རིམ་པ་མང་དུ་ཡོད་དེ།
རི་རྒྱད་དུ། འདུལ་བའི་དབང་གིས་ལྟ་དང་མིའི་ཐེག་པ་དང་། ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་
དང་། རང་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ཐེག་པ་དང་། སྤྲ་ན་
མེད་པའི་ཐེག་པ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
སྤྱིར་རྗེ་ཤུགས་དྲག་སྤྱིར་ཉེ་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་སྦྱོལ་བར་
འདོད་ཅིང་། དེའི་ཐབས་སུ་འཛང་རྒྱ་བར་བཞེད་པ་རྣམས་གྱི་ཉམས་སུ་སྤང་བར་
བྱ་བ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས། དེ་ཙམ་གྱི་སྤྱིར་སྤྱོད་པ་མེད་ཀྱང་རང་ཉིད་འཁོར་བའི་
སྤྱག་བསྐྱལ་མཐའ་དག་ལས་ཐར་བའི་ཕྱིར་བརྩོན་པ་དག་གི་ཉམས་སུ་སྤང་བྱ་ཉན་
རང་གི་ཐེག་པའི་ཆོས། དེ་ཡང་མི་རྣམས་ལ་འཛིག་རྟེན་ལྟ་མིའི་བདེ་སྤྱིད་ཙམ་ཡོངས་
སུ་སྦྱོད་པར་འདོད་པ་དག་གི་ཉམས་སུ་སྤང་བྱ་ལྟ་མིའི་ཐེག་པའི་ཆོས་ཉེ། སེམས་
ཅན་སོ་སོའི་མོས་པ་དང་རྣམས་པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་དུ་མ་ཡོད་ལ། དེ་རྣམས་ལས་
གང་ཉམས་སུ་སྤང་རང་རང་གི་འདོད་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི། ཆོས་རྒྱལ་བ་པོ་ཡིན་ཆད་གྱི་
དམིགས་ཡུལ་སངས་རྒྱས་འཐོབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་དགོས་པས་ག་ལ་བྱལ། འོན་ཀྱང་དེ་
རྣམས་ལས་མ་མཐའ་ཡང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱིས་དགོ་སྤྱིག་སྤང་དོར་
བཟྱེད་པའི་ལྟ་མིའི་ཐེག་པ་ཙམ་ནི་ཀུན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྤང་དགོས་སོ། །

གཞན་དུ་ན་ཆེ་ཕྱི་མ་ལྟ་ཅི་ཆེ་འདིའི་འཆོ་རྒྱལ་དང་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱང་ལེགས་པོ་ཞིག་མི་

འོང་སྟེ། དམར་གསོད། རྒྱ་འབྲོག་པ་ཙན་གཡེམ། གཟའ་འཐོར། མགོ་སྒོར།
མཚར་འབྲུལ་སོགས་པས་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལ་པོ་གང་བར་འབྱུང་ལ། ལས་འབྲས་མེད་
བར་འཛིན་པའི་ཡོག་ལྟ་དང་། བརྒྱུ་སྐྱེས་སྤྱི་ཚོགས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱུན་ནས་
བསྐྱེད་སྤྱོད་ཐུག་ཀྱི་ལ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དེ། དཔེར་ན་རྒྱུ་ཕྱིན་པ་དག་གིས་རྒྱལ་
ཐུན་གྱི་མཚན་ཆ་སྤྱི་ཚོགས་པ་བཟོས་ཏེ། འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་འགྲོ་ཡོངས་ཚོགས་འཆི་
བདག་གཤིན་རྩི་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་དེ་གར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བཅུག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འཛམ་
གླིང་འདིར་ད་ཕྱོག་བཟོས་ཐོན་པའི་རྒྱལ་མདུལ་༡༩༧༩༡ཡོད་ཟེར་ཏེ། རིགས་
གསར་པ་རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་མདུལ་འདི་དག་གིས་སའི་གོ་ལ་འདི་ཡོངས་ཚོགས་
ལན་གངས་སྤྱོད་ཐུག་ཀྱི་མར་གཏོར་བསྐྱེད་ཐུག་ཀྱི་པར་རྒྱས་ཟེར་རོ།

ཡང་ཁོ་ན་རེ། དམ་པ་ལྟ་ཚོས་ཀྱིས་འབྲི་བཞེངས་བྱས་པའི་སྤྱོད་བཅུད་ཀྱི་འཛིག་
རྟེན་དེ་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མེད་པའི་མཐར་སྤྱི་ཚོགས་དང་བདེ་བ་ལྟ་བུ་པའི་མཐར་སྤྱི་ཚོགས་
འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མེད་པ་ལྟ་བུ་པའི་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་མེད་པའི་འཛིག་རྟེན་
ཞིག་རེད། དེ་ནི་ཞི་བདེ་ཚད་མེད་ཅིང་། མཉམ་གནས་ཚད་མེད་པ། རང་དབང་
ཚད་མེད་པ། ཐོབ་ཐང་ཚད་མེད་པའི་རབ་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་དང་། ལུ་གྱི་འཛིག་
རྟེན་ཞིག་དང་། གྲོ་མོ་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་
ཡང་དག་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཡང་རབ་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཅེ་མའི་འཛིག་རྟེན་
ཞིག་གི་རྒྱ་རང་བྱུང་ཆེན་པོའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཡིན་ནའང་། སེམས་ཅན་འཆོ་
གནས་ཆགས་པའི་འཛིག་རྟེན་འདིར་སྤྱི་ཚོགས་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་མཁན་དང་། དགོ་བ་
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་པ་ལྟ་བུ་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཅེ་མའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཀྱི་འབྱུང་འབྱུང་



སྒོན་པ་གཏོང་ས་ཙམ་ལས་མངོན་སུམ་དབང་པོའི་སྤྱད་ཡུལ་དུ་སྒྲིབ་དགལ། གལ་ཏེ་
 སྤྱད་པ་འདི་དམ་པ་ལྟ་ཚེས་ཀྱིས་སྒོས་བསྐྱངས་པའི་བདེ་ལཱ་གི་འཛིག་རྟེན་དེ་ལྟ་
 བུ་ཞིག་ཆགས་ཐུབ་ན། བདེ་བ་ཙན་ཞེས་པ་ལོགས་སུ་བཙལ་བ་རྒྱ་མེད་དེ་ཁོ་རང་
 རེད། སྒོ་དཀྱུལ་དེ་རི་འདྲའི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་གཏོང་བཅའ་པ་ཞིག་རེད་ཡང་། ཞེས་བརྗོད་བྱ་
 དང་རྗོད་བྱེད་གཉིས་ཀ་ཉལ་ཉལ་མང་པོ་ཞིག་གིས་འདུག་པ་ནི་ཟེར་རྒྱས་མེད་ས་
 པའི་སྒྲི་སྒྲགས་བཏོན་པ་འབའ་ཞིག་སྟེ། ཤོག་བུ་གོན་པའི་རྒྱ་ཙམ་དུ་བཟད་དེ། དགོ་
 རྒྱབ་སྤྱིག་སྤོང་མ་བྱས་ན་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་མངོན་དུ་འགྱུར་དགའ་བ་སྒོས་ཅི་
 དགོས་ཏེ། རྒྱད་པར་དུ་འད་ཁྱོད་ཅག་ལྟ་བུའི་སྤྱིག་གོགས་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་ན་བདེ་
 འགོ་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་ཅི་མིང་ཙམ་ཡང་བོས་པ་གིན་ཏུ་དགའ་བར་གོར་མ་ཆག་
 གོ།

ཅན་པའི་གཞུང་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་ས་སྟེང་གི་མི་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱིས་གཞན་
 གཞོད་གཞི་བཙས་སྤངས། གཞན་ལན་གི་བསམ་སྒྱུར་ཁྱད་པར་ཙན་དང་དུ་སྐྱངས་
 ཅས་བདག་གཞན་མཉམ་པ། བདག་གཞན་བརྗེ་བ། བདག་བས་གཞན་གཅེས་
 སོགས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་ཐུབ་པ་ཞིག་ཐུང་ན། དེང་དུས་སྒྲི་རྒྱ་ཙམ་དུ་
 གཏོང་བའི་རྒྱལ་མཆོན་ཡང་བདག་བཟོས་ཏེ། ལན་རྒྱལ་བར་གཡོ་སྒྱུ་དང་། ཐུག་
 དོག་གཞོད་སེམས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་འཛིགས་འཛིགས་རམ་རམ་
 ཀྱིས་གཙན་གཟན་གཏུག་པ་ལྟས་གཅིག་དུ་འདུས་པ་ལྟ་བུའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ལ་
 ལྟས་ན་བདེ་བ་ཙན་གི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་བདགས་ཀྱང་མི་རུང་བཅི་ཡང་མེད་དོ།

ཡང་སྤྱི་མའི་འཕྲོས་ལས། ཡིན་ནའང་། དམ་པ་ལྟ་ཚེས་ཀྱི་ཐུགས་སྒོན་ཅི་ལྟར་
 མཛེས་སྒྲུག་དང་ལུན་ཞིང་ལུ་ཆོའི་འདུན་པ་ཅི་ལྟར་ཡིད་དུ་འོང་ནའང་། ཆད་རེས་
 ཙན་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན། ས་སྐང་འདིར་བཙན་པོ་གཉོམ་རྒྱུང་ལ་སྤང་། ཐུག་པོ་

དབུལ་པོ་ལ་སྤང་། དཔལ་པོ་སྤང་མ་ལ་སྤང་། མཐོ་བ་དམན་པ་ལ་སྤང་།
 སྒྲོབ་ས་ཅན་ཉམ་ཆུང་ལ་སྤང་། འཁོས་ཞན་དང་གཉེས་ཆུང་དང་རྒྱུ་མེད་དང་
 འབྱོར་མེད་དང་བྱག་ས་མེད་ནམས་ནི་ནམ་ཡང་སྤྲུག་གྱོང་མཁན་དང་སྤྲུག་
 པ་ཉག་ཉག་རེད། དེ་ནི་སྤྲོད་བཅུད་འཕེལ་འགྱུར་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་ཁས་
 ལེན་འཛིན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་མིན། ཞེས་ཟེར་རོ། །
 འོ་ན་ས་སྤང་འདིར་བཅོན་པོས་གཉེས་ཆུང་ལ་སྤང་བར་བྱེད་པ་སོགས་ད་དག་དམ་
 པ་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནམ་འགལ་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་དམ་པའི་
 ཆོས་ལས་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཡོད་ན་སྤྲོད་དེ་དག་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་ཡིན་
 པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ནི་གང་དུ་འང་མི་སྲིད་དོ། གལ་ཏེ་ཆོས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་
 ཡིན་ན་ནི་སྤྲོད་པོ་མི་བསྐྱུན་པ་དག་གིས་ཆོས་མིན་བྱས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་ཅི་འདྲི་བྱིར་
 བཅུ། ཡན་ལག་བཞི་དང་ལྷན་པའི་སྤྲོད་པས་སྤྲོད་ལེགས་པར་སྤྲོར་ནས་ནད་པ་
 དག་ལ་ཕྱིན་ཀྱང་དེ་དག་གིས་དེ་མ་བསྟེན་པས་གི་བར་གྱུར་ན་དེ་སྤྲོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཡིན་
 ནམ་སོམས་གིག་གལ་ཏེ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ངན་སྤྲོད་དེ་དག་མ་ཞིགས་པས་ན་
 དོང་སྤྲུག་བྱ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། དམ་པའི་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་བྱུངས་ཀྱང་མ་
 ཞིགས་ཟེར་རམ། ཉམས་ལེན་མ་བྱས་ཏེ་སྤང་མེད་དུ་བོར་བས་མ་ཞིགས་ཟེར།
 དང་བོ་ལྟར་ན་མི་སྲིད་དེ། གཞན་གཞོད་གཞི་བཅས་སྤངས། བདག་གཞན་མཉམ་
 པ་སོགས་གཞན་ཡན་གྱི་བསམ་སྤྲོད་ཁྱད་པར་ཅན་ནམས་ཡང་དག་པར་རྒྱུད་ལ་
 འབྱོར་བ་དག་གིས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་གནས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། གཉིས་པ་ལྟར་ན་དེ་
 ཆོས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་མི་འགྱུར་ཚུལ་གོང་ལྟར་རོ། དེས་ན་པན་ཚུན་གཡོ་སྒྲ། བརྟམ་
 བཅོས། བཅོན་དབང་སོགས་བྱེད་པ་ནི་དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤོ་ཁ་



མ་སྟོགས་པའི་ལན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ན། རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དམ་པའི་ཚོས་ལ་རྒྱར་
ཟུལ་བྱེད་པ་ནི་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་སོ། །

ད་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་ལྟར་བསམ་པ་སྒྲུབས་སུ་བབ་སྟེ། ས་སྒྲར་འདིར་བཅན་པོ་
གཉིས་རྒྱུད་ལ་སྒྲར་བ་སོགས་ནི་ཁས་ལེན་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་
ལ་གནས་པ་ཡིན་པས་ན། འཛམ་གླིང་ཞི་བདེ། འགྲོ་མིའི་ཐོབ་ཐང་། དམངས་
གཙའི་ལམ་ལུགས། རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་ཁྲིམས་ལུགས། སྤྱིད་གཞུང་རྒྱམས་ཀྱི་ཆབ་
སྤྱིད་སོགས་ཀྱི་འདུགས་སྟོན་རི་ལྟར་མཛེས་སྟུག་དང་ལྡན་ཞིང་འུ་ཚོའི་འདུན་པ་རི་
ལྟར་ཡིད་དུ་འོང་ནའང་། ཚད་ངེས་ཅན་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་
གོང་ལྟར་སྟོས་ལ་རེ་རེ་ནས་དོང་སྟུག་གིས། དེར་མ་ཟད་རིགས་གསར་ལག་ཅུལ་
ཡང་མིའི་རིགས་ལ་བདེ་སྤྱིད་སྟུན་པའི་ཐབས་ཡིན་ཞེས་སྟུགས་སྟོན་རི་ལྟར་མཛེས་
ཀྱང་དོན་ལ་སྟེ་འགྲོ་ཡོངས་ཐོགས་ཅུ་བ་ནས་ཐལ་བའི་རྒྱལ་དུ་སྟུག་པའི་བྱེད་པོ་
གཅིག་ཤར་སོང་བས་ཚད་ངེས་ཅན་གྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་དག་
སྟོས་ལ་དོང་སྟུག་གིས། ད་ནི་བག་ཆགས་གསར་རྟིང་། ཚེ་འདི་ལྟ། ཚོས་འཛིག་
རྟེན་ཏེ་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་དོང་སྟུག་བྱས་ཟིན་གྱིས་ལག་སྟོང་མཚན་དུ་
རྒྱག་ལ་པར་བྱོགས་ན་ལུལ་གྱུ་མཛེས་སྟུག་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་བསྟུགས་ནས་
ཡོད་མཆི་བས་དེར་བཞུད་པར་མཛོད་ཅིག

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཁྱེད་ཀྱིས་ལྟ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་རི་བཞིན་ཁས་བླངས།
ངེས་འབྱུང་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་བསྐྱེད། ཡ་པོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དུག་ཉམས་སུ་བླངས།
ཀྱན་ལ་ཚད་མེད་པ་བཞི་བསྟོམས། སེམས་ཅན་རྒྱམས་རང་གི་མ་ལྟར་གཅེས།
བདེན་པ་བཞིའི་ཟབ་དོན་རི་ལྟར་རྟོགས་ནའང་། འཛིག་རྟེན་འདི་སེམས་ཅན་
གཞན་དང་གཞན་རྒྱམས་བསྟན་གྱིན་བསྟན་གྱིན་འདོད་མཁས་སྟུག་ལྟར་འཕྱོ། བདག་

འཛིན་སྐྱབ་ལྟར་འཇམ་ཞེ་སྤང་འབྱོར་ལྟར་ངར། འཁོན་འཛིན་ཕག་ལྟར་ཉལ།
གཡོ་སྐྱ་ལ་ལྟར་རྒྱ། དེ་དག་གི་ཁ་རྩ་ན་འཛིག་རྟེན་འདིའི་ལུན་ཚོགས་ཡོངས་སྤྱོད་ཅི་
ཡང་མི་མཐོ་ཟེར་བའི་འཚོ་གནས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཐར་ས་གང་ཡིན། ཞེས་ཟེར། སེམས་
ཅན་གཞན་རྣམས་འདོད་རྩམ་སྟག་ལྟར་འཕྱོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཅི། སེམས་ཅན་
གཞན་དེ་དག་གིས་ལྟ་བ་བཀའ་རྟགས་ཀྱི་བྱ་ག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་པ་ནས་བདེན་
བཞིའི་ཟབ་དོན་རྟོགས་པའི་བར་དུ་བྱས་ཀྱང་ཁྱོད་གཅིག་ལུ་ལས་གཞན་ཀྱན་འདོད་
རྩམ་སྟག་ལྟར་འཕྱོ་སོགས་ཟེར་རམ། ཁྱོད་གཅིག་ལུ་ལས་གཞན་པའི་སེམས་ཅན་
དེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་ག་རྒྱ་བཞི་ཁས་ལེན་པ་ནས་བདེན་བཞི་རྟོགས་པའི་བར་མ་བྱས་
པས་འདོད་རྩམ་སྟག་ལྟར་འཕྱོ་བ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན་མི་
འཐད་དེ། བདེན་བཞིའི་ཟབ་དོན་གང་ཟག་སུ་ཞིག་གིས་རྟོགས་ཀྱང་རུང་ཤེ། དེའི་
རྒྱད་ཀྱི་འདོད་ཆགས། ཞེ་སྤང་། བདག་འཛིན་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་
བར་བྱེད་དེ། གཉེན་པོ་སྟབས་ལྡན་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་
སྤངས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མི་སྤོང་ཞེས་པའི་དབྱེ་བསལ་ག་ལ་འཐད། གཉིས་པ་ལྟར་
ན་གིན་རྒྱ་བདེན་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་བར་མ་བྱས་ན་འདོད་
རྩམ་སྟག་ལྟར་འཕྱོ་བ་སོགས་ཡིན་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ཁོ་པོ་ཅག་གིས་དེང་གི་དུས་སུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་
དམ་པའི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་མི་བྱེད་པར་འདོད་རྩམ་སྟག་
དོག་གཞོད་སེམས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་ལ་དེང་རབས་ཀྱི་རིགས་གསར་
ལག་རྩལ་གྱི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་རྒྱ་བཅུག་ན་རིང་པོར་མི་སོགས་པར་མིའི་རིགས་ཡོངས་
རྟོགས་རྩ་མེད་གཏོང་བ་གཏོན་མི་ཟེའོ་ཞེས་སྒྲུས་པ་ཡིན་ནོ། །



དེ་དག་གི་ཁ་ཅན་འཇིག་རྟེན་འདིའི་སྤྱན་རློང་གསལ་ཡོངས་སྤྱོད་ཅི་ཡང་མི་མཁོ་ཟེར་
 བའི་འཚོ་གནས་པ་ཞེས་སོགས་སྒྲུབ་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཁོ་ན་སྟེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་
 སྤྱན་རློང་གསལ་ཡོངས་སྤྱོད་མི་དགོས་ཞེས་སྒྲུབ། ཁྱོད་གྱིས་བཀའ་མདོ་རྒྱད་
 གཞན་རྣམས་ལྟ་ཅི། དེ་ལྟར་ལ་འཇུག་པ་ལས། མི་རྣམས་བདེ་བའང་ཡོངས་སྤྱོད་
 མེད་མིན་ལ། །ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱང་ནི་སྤྱིན་ལས་བྱུང་མཁའ་ནས། །ཐུབ་པས་དང་པོ་
 སྤྱིན་པའི་གཏམ་མཛད་དོ། །ཞེས་མི་རྣམས་བདེ་བ་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་དགོས་པས་ན་
 ཐུབ་པས་དང་པོ་སྤྱིན་པའི་གཏམ་མཛད་ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ཙམ་ཡང་མ་མཐོང་
 བཞིན་དུ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ནི་ངོ་ཚ་མ་གྲུབ་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། །འོ་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་
 གྱིས་འདོད་རྒྱུད་རྒྱུ་གྲུ་དགོས་པར་མ་གསུངས་སམ་ཞེན། གསུངས་མེད་གྱི་
 དེ་ནི་ཁྱིམ་ནས་ཁྱིམ་མེད་པར་རབ་རྒྱུ་བྱུང་ནས་ཆོ་འདི་སྒྲོས་བཏང་ཞིང་། ཐུབ་པ་
 ཉམས་ལེན་འབང་ཞིག་ལ་གཞིལ་བར་འདོད་པའི་བྱ་བ་ཏང་བསྐྱབ་བཙོན་གྱི་གང་
 ཟག་རེ་ཟུང་ལ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། སྤྱིར་མི་རྣམས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་མི་དགོས་ཞེས་
 གསུགས་པ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་རང་གིས་མ་གྲུབ་པར་བབ་ཅོལ་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་
 ཅོ། །

ཡང་ཁོ་ན་རེ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། འཚོ་གནས་གྱི་ཕྱིར་དུ་རྒྱུག་པའི་གྲང་ཁྱིམ་པ་
 ཁྱོད་ཚོས་ཚོས་པའི་རྣམ་འབྱུང་ལ་ལད་མོ་བྱེད་དོན་མེད་ཅེས་ཟེར། ཁྱིམ་པ་རྣམས་
 གྱིས་ཚོས་པའི་ལད་མོ་བྱེད་དོན་མེད་ཟེར་བ་ནི་བདེན་མོད། ཁྱོད་གྱིས་བོད་ཞིང་
 འབྲོག་མི་དམངས་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཚོས་པའི་ལད་མོ་བྱས་ཏེ། རི་ཁྱོད་དམ་དགོན་
 པ་དག་ཏུ་ཕྱིན་ནས་ཚོས་འབང་ཞིག་བསྐྱབས་ཏེ་བསྐྱད་པ་ལས་ཞིང་འབྲོག་གི་བྱ་བ་
 དག་ལ་བཙོན་བ་རུང་ཟད་ཀྱང་བྱེད་གྱིན་མེད་སྙམ་མམ། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ན་
 ཐམས་ཅད་གྱིས་གྲང་ཆད་ཆད་དུ་འབད་པས་དུས་འདའ་བ་ལས་ཚོས་པའི་ལད་

མོ་བྱེད་པ་ཞིག་མ་མཐོང་ཡང་ཁོར་ཡུག་གི་མཐུན་ཁྱེན་གྱི་ལྷན་པས་རྗེས་ལུས་
དང་དབྱེད་པོར་གྱུར་པ་འདི་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་གིས་ལེ་ལོ་
དང་མྱིན་ལུག་གི་དབང་གིས་ལས་ལ་མི་བརྩོན་པར་ཐ་མལ་དུ་མྱོད་དུ་ཆུག་ཀྱང་དེ་
ཆོས་པའི་ལད་མོ་མ་ཡིན་ཏེ། ལེ་ལོ་དང་མྱིན་ལུག་ཆོས་པའི་སྤང་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་
རོ། །

ཡང་ཁོན་རེ། ཤེས་རིག་འཕེལ་བའི་གོ་རིམ་དུ། ཡ་ཐོག་ལྷ་འདྲེ་བག་ཆགས་དེ་
འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཆགས་མྱོང་བའི་བྱན་མོང་གི་གདོད་མའི་ལྷ་ཚུལ་ཞིག་རེད།
ཡིན་ནའང་། ཤེས་རིག་དར་བའི་མི་རིགས་གཞན་དག་གིས་དུས་སྤུ་མོ་ནས་བསྐྱུང་
བག་ཆགས་རྙིང་པ་དེ་རིགས་རང་སེམས་ཀྱི་བས་མཐར་སྒྲགས་ཆར་ན། འཕྲོ་ལྷ་སྤྱི་
མྱོད་ཅིང་འཕྲོ་བར་བྱས་པ་ཡིན། ཞེས་ཟེར། དཀྱ་རྒྱལ་རྗེས་འབྲངས་དང་བཅས་
པས་ན་པ་སྒྲགས་ཏེ་ཉོན་ཅིག་ཁྱོད་ཅག་གིས་གོང་དུ། ར་ཆོས་བག་ཆགས་རྙིང་པའི་
ཅ་ལག་དང་བཅས་པ་བཅོམ་བསྒྲག་བྱ་ཆེད། འགས་གཏོར་གྱི་མདའ་ཁ་རང་སེམས་
ལ་གཏོད་ཅིང་། ཕྱི་ཆོལ་གྱི་དབུ་སྒོ་རང་ཉིད་ནས་ཚོམ། ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། དེ་ལྷ་ན་ཁྱོད་
ལ་ལྷ་དང་འདྲེ་ཞེས་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཡོད་པེས་འགོག་བྱེད་དང་མེད་པེས་
སྒྲུབ་བྱེད་རིགས་པ་འགས་གཏོར་གྱི་མདའ་ལྷ་ལུང་དང་། ཕྱི་ཆོལ་གྱིས་བརྗོད་པའི་
སུན་འབྱེན་ཡང་དག་སྒྲུ་རྒྱ་ཡོད་དགོས་པ་ལས། ཁྱོད་ཀྱི་དབྱེད་ཚོམ་འདིའི་ཐོག་
མཐའ་བར་གསུམ་ན་དེ་འདྲའི་རིགས་པ་ཡང་དག་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་མཐོང་སྟེ།
བརྗོད་རྒྱ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནམ་བརྗོད་རྒྱས་ཐོངས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་བརྗོད་རྒྱས་ཐོངས་
པ་ཡིན་ན་མི་ཐོག་པའི་ཁྱར་ཅིའི་ཕྱིར་སྤངས། གལ་ཏེ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན། འོན་
འཛམ་གླིང་གི་སྤྱི་བོ་བརྒྱ་མྱོང་ཁྱི་འབུམ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་སྟོང་ཡུག་དུ་མའི་རིང་ལ་



མིག་གི་ཤེས་པ་ལ་མངོན་སུམ་བསྟན་མེད་ཏུ་ལྟ་འདྲའི་གཟུགས་སྤར་བརྟེན་ཏུ་མེད་
 པ་ཞིག་གྱུར་བ་འདི་རྣམས་གཞི་མེད་ཀྱི་རྩལ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཤེས་བྱེད་རྣམ་
 པར་དག་པ་དེ་སྟོན་ཅིག་དང་། དག་དོད་བག་ཆགས་རྟིང་བ་རྣམས་ཆོས་པར་འགྱུར་
 གྱི། གཞན་ཏུ་ཁྱོད་ཀྱིས། མིའི་འཚོ་གནས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡམ་ཚོད་པའི་འཇིག་རྟེན་འདིར་
 ལྟ་འདྲའི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཅའི་ཕྱིར་ཏུ་འཆང་ཁ་རྒྱག་པ་ཡིན། ཞེས་བརྟེན་པ་ཙམ་གྱིས་
 གཞན་ཟེར་རྗེས་བརྟེན་ཀྱི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་ཆོས་པར་འགྱུར་པའི་རྒྱལ་པོ་འགའ་རེ་
 གནས་སྐབས་སུ་ཡིད་ཆེས་སུ་རྒྱག་ཀྱང་སྟེ་བོ་རྣམ་དཔྱོད་དང་ལྡན་པ་ནི་སུ་ཡང་ཡིད་
 ཆེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཀྱང་རིགས་པ་དེ་འདྲ་ནི་ཁྱོད་ལྟ་ཅི་རིགས་གསར་པ་དག་གིས་མ་རྟེན་དེ། ལྟ་
 དང་འདྲེ། སྟེ་པ་སྟེ་གྱི། ལུས་སེམས་པར་གྱི་འབྲེལ་བ། དེ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཁྱད་
 པར་ཙན་ཐོགས་ཅུང་ཟད་ལྡོག་གྱུར་དག་ལ་ད་ལྟའི་པར་ཏུ་རིགས་གསར་གྱིས་
 དགག་པ་དང་རྒྱབ་པ་གཉིས་ཀ་གང་ཡང་བྱ་བར་ཆོ་མ་ཐོགས་པ་འདི་ག་ལགས་ཏེ།
 ཨ་རིའི་རྒྱན་གཤམ་ཙན་གྱི་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་རབ་འབྱམས་པ་རྩེན་མན་
 Richard-P. Feynman 費曼 གྱིས་དོན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་རིགས་གསར་
 གྱིས་ལྟ་མེད་པར་བསྟུབ་མི་རུས་སོ། །ཞེས་དང་། རིགས་གསར་གྱིས་ལྟ་མེད་པར་
 འགྱུབ་པའི་ཐབས་མེད་པ་འདི་རེད་ཀྱི་སྟོ་ལ་རེས་པར་ཏུ་འབབ་སྟེ། ཞེས་ཐོགས་
 ཟེར་ཞིང་། ཨན་ཤི་ཐན་གྱིས་ཀྱང་འདི་ཁོ་ན་ལྟར་སྒྲིམ་འདུག་ན། ཅི་རིགས་གསར་
 མཁས་པ་དེ་དག་གིས་རིགས་གསར་གྱི་གཏིང་ཡང་མ་དཔོགས་ཞེས་སྒྲུབ་ཤ། དེས་
 བ་རིགས་གསར་གྱིས་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པ་པོའི་ལྟ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་མི་འགྱུབ་ན་ཆོ་
 སྟེ་དང་ལམ་རྒྱ་འབྲས་ཐོགས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ལྟ་ཅི་སྟོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན།
 ༡༩༥༩ལོའི་ལྷ་གསུམ་པར་ལྟ་ཨ་རྩེ་རི་ཁའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནས་འདྲེ་དག་གི་གྲུ་

གཟིངས་མི་རབ་རྩ་མང་པོས་ཐུ་ཕྱི་རྩ་མར་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་གསར་ཤོག་རྩ་འང་
བཞོད་མོད། རིགས་གསར་པས་འབྱུལ་སྤང་མེད་ཅེས་པ་ཙམ་ལས་འགྲེལ་བཤད་
ཡང་དག་ཅི་ཡང་མ་རྒྱས་པ་ལྟར་ཏེ། འདི་འདྲ་བ་ཤིན་རྩ་མང་ངོ། །

དེས་ན་དེང་སང་འགའ་རེས་ལྟ་མེད་སྒྲི་བ་འདི་རིགས་གསར་གྱི་སྒྲིང་བཅུད་ཡིན་
ཞེས་ཟེར་བའང་རང་གི་ཞེ་འདོད་དང་མཐུན་པར་བྲིད་པ་ཙམ་སྟེ། རིགས་གསར་
རང་ཉིད་གྱིས་ལྟ་མེད་པར་ནམ་ཡང་མི་འགྲུབ་ན་ངེ་ལྟར་ན་དེའི་སྒྲིང་བཅུད་ཡིན་ཏེ།
ལྟ་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་གཞལ་བྱ་སྟོག་གྱུར་རྣམས་དང་རིགས་གསར་ལ་འབྲེལ་བ་
ཅི་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་རྩ་རིགས་གསར་བ་དག་གྱུར་རང་རང་གི་བྱ་བ་དངོས་
ཁམས་དང་ཐུས་འགྱུར་ལ་སོགས་གཞལ་བྱ་བྲ་ཞིང་དོག་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཆེད་
ལས་པ་དང་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཡིན་མོད། དེ་ལས་གཞན་པའི་གཞལ་བྱ་དག་ལ་
ཤིན་རྩ་མོངས་པ་འང་ཡིན་ཏེ། སྒྲོབ་ཆེན་གྱི་སྒྲོབ་མ་ལལ་བ་ཞིག་གིས་ཤེས་རྒྱ་ཙམ་
ཡང་མི་ཤེས་པ་ཡོད་ཅེས་ཁོང་ཅག་ཉིད་ཟེར་བ་ལྟར་དོན་ལ་གནས་སོ། །

དེས་ན་རིགས་གསར་པས་སྒྲིས་ཆད་བདེན་པ་ཉག་གཅིག་ཡིན་སྟམ་པ་ནི་ཐུན་དང་
འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་འདྲེ་སོགས་མཐོང་ཟེར་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྩུན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ད་དུང་ལུ་
རྩྱགས་བྱེད་ན། འོ་ན་རྩུན་ཡིན་ན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་སྒྲི་རྒྱ་ཡོད་དགོས་པས་འདི་
གར་མི་གསོན་པོ་རྣམས་ལ་དེང་དུས་སུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བའི་ཉམས་སྦྱོང་བསྟོན་
དུ་མེད་པ་མང་རབ་ཅིག་ཡོད་པ་བྲིད་ལ་རེ་རེ་ནས་འགྲེལ་བཤད་བྱེད་དུ་གཞུག་ན་
སྟོག་ཟུ་པོར་གནས་པར་གྱིས་ལ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའི་རིགས་པ་དག་
སྟོན་ཅིག་དང་ངོ་མཚར་ཆེའོ། །དེ་ལྟར་མ་བྱུང་ཕྱིན་གཟུ་ལུམ་གྱིས་ཅིས་གྱུར་སྟེ་བོ་



ནམས་ལ་མགོ་སྐྱོར་མི་གཏོང་བར་ལ། མི་རིགས་གཞན་པ་ནམས་ཀྱིས་ལྟ་འདྲེ་
 འདྲ་ཤེས་སེམས་ཀྱི་བས་མཐར་སྒྲུགས་ཟིན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་ཁོན་ལྟེ། ཁྱོད་ཀྱིས་
 བག་ཆགས་དེ་འཛམ་གླིང་འདིའི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་ཡོད་ཚུངས་ལྟེ། ཞེས་སྒྲུས་པ་ལྟར་
 འཛམ་གླིང་གི་མི་རིགས་ལ་མོ་ཆེ་ལ་ལྟ་འདྲེ་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་ལྟ་བ་སྤར་ནས་
 ཡོད་ཅིང་། འགའ་རེས་དེ་མེད་ཅེས་སྒྲུ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་མེད་རེས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཡང་
 དག་ནི་གཅིག་གིས་ཀྱང་སྟོན་མ་ཁུས་པས་ན། བག་ཆགས་སུ་མ་བྱེད་མཛོན་འཁྱར་
 ཡང་ད་ལྟའི་བར་དུ་གནས་པ་ཁོན་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལྟ་ཅི་ཨ་རིའི་པོ་བྱང་དཀར་པོའི་
 བར་ནའང་གི་འདྲེ་དག་གིས་འགོ་འདུག་གི་སྤྱོད་ལམ་བྱེད་བཞིན་འདུག་ཅེས་ཁོང་
 ཅག་གིས་སྒྲུས་པ་མ་བཅས་པར་བྱང་དོ། །ཁྱོད་ཅག་མཁར་གྱིང་རྒྱུང་དུ་རེར་འདུག་
 བས་འཛམ་གླིང་གི་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ནམས་གཤག་ཁར་སྟོན་གྱི་རྩ་ལྟར་དུ་
 བྱུང་ཅིང་། ཤེས་བྱ་ནམ་མཁའི་ཁྱོན་ལྟ་བུ་རང་སྒོ་ཁབ་མིག་ཙམ་གྱི་ནང་དུ་འཛུང་
 ཅིང་། དེར་མ་ཤོང་བ་ཐམས་ཅད་མེད་དང་མིན་ཞེས་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་འཛིན་ལ།
 གཞན་དག་ལ་འང་དེ་ལྟར་འཛིན་དུ་འཇུག་དུང་མཁས་པར་སྒྲོམ་ནས་ལོག་པའི་
 ད་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་པ་ནི་ཡི་མུག་པའི་གནས་སོ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དབལ་འབྱོར་རྗེས་ལུས་སུ་བྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་ལྟ་འདྲེ་
 ཡོད་པར་བརྒྱུད་བས་ཡིན་སྟུམ་དུ་སེམས་མོད། ལྟ་འདྲེ་ཡོད་པར་བརྒྱུད་བས་དབལ་
 འབྱོར་རྗེས་ལུས་སུ་རི་ལྟར་བྱུར། གལ་ཏེ་ལྟ་འདྲེ་ལ་སྒྲུག་པ་སོགས་ཀྱིས་ལག་པ་
 འགལ་མ་ཐོང་བ་ཡིན་ཟེར་ན། འོ་ན་བོད་ལུལ་གྱི་ལུལ་ལྟ་གཞི་བདག་གནས་རི་
 དགོན་པ་ནམས་ཀྱི་མདུན་རི་རྒྱལ་རི་སོགས་ཀྱི་ས་གཏན་བསྐོས། རོ་གཏན་སྟོག་
 བགས་ཚལ་ནམས་སྒྲུབེག་པ་བཞིན་དུ་ལུལ་མེད་བྱས་ཏེ་ཁོར་ལུག་ལ་གཏོར་བརྒྱག་
 དེ་ཙམ་བྱས་འདུག་ན། དེ་དག་གི་ལག་པ་སུས་བསྒྲུལ། གཞན་ཡང་རང་རེའི་ལུལ་

ན་བཟོ་བྱ་བཟོ་ཆོང་ཁང་། སྒྲོན་ཁང་ཆེན་མོ། སྒྲོབ་བྱ་ཆེན་མོ། གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བཟོ་
 སྒྲོན། སྒྲོང་བཟོད་གཞུང་ལམ། ལུགས་ལམ། མདོར་ན་དེར་རབས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་
 གཞན་དག་ལ་ཡོད་རྒྱུའི་ཆ་ཙམ་ཡང་མི་འདུག་ན་དེ་དག་གྲང་འདྲེ་ལ་སྒྲག་ནས་བྱེད་
 མ་ཐོད་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲོས་ཤིག རིགས་གསར་ལག་ཅུལ་དང་དེར་རབས་ཀྱི་རིག་
 གནས་རྒྱུ་མ་ཐོད་ཀྱིས་རྒྱང་ཐད་གྲང་མི་ཤེས་པ་འདི་ཡང་ལྷ་འདྲེ་དག་གིས་ཤེས་སྒྲུ་
 མ་བཅུག་པའམ་ཡང་ན་དེ་དག་ལ་སྒྲག་ཏེ་སྒྲུང་མ་ཐོད་པ་ཡིན་ཞེས་འཇམ་གྱིང་གི་
 མཁས་པ་རྟོག་དཔྱད་ཅན་དག་གི་མདུན་སར་ངོ་མཐོན་དུ་སྒྲོས་ཤིག་དང་ཐམས་ཅད་
 ཀྱིས་དགྲེས་པའི་བཞད་སྒྲ་ཆེན་ཆེན་དུ་མཛད་པར་གདོན་མི་བཟོ། །ཡང་ཁོ་ན་རེ།
 རི་མྱིད་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་པག་ཆགས་མ་དོར་བ་དེ་མྱིད་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་བདག་
 གི་ལང་ཚོ་རྒྱས་མི་བྱུང་ཅིང་། རི་མྱིད་འཛིག་རྟེན་པའི་བདག་གི་ལང་ཚོ་རྒྱས་པ་
 དེ་མྱིད་དུ་ཤེས་རིག་གསར་པའི་སྒྲ་ལུང་འབྲས་མི་བྱུང་། རི་མྱིད་ཤེས་རིག་གསར་
 པའི་སྒྲ་ལུ་མ་འབྲས་པ་དེ་མྱིད་དུ་དཔལ་ཡོན་དང་སྟོབས་འབྱོར་དང་མཆར་སྒྲག་
 ཅེས་པའང་མིང་གི་ལྷག་མ་ཙམ་རེད། གང་ཞིག་ཡ་ཐོག་ཤེས་རིག་པག་ཆགས་རི་
 ལྟར་མཐུག་ན་དེ་ལྟར་རྗེས་ལུས་ཡིན་ཞིང་། གང་ཞིག་རྗེས་ལུས་རི་ལྟར་ཡིན་ན་དེ་
 ལྟར་ཡ་ཐོག་གི་ཤེས་རིག་ཟབ་པ་ཡིན། ཞེས་ཟེར་རོ། །འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་དམ་པའི་
 ཆོས་ལའང་པག་ཆགས་རྟིང་པ་ཟེར་བར་འདུག་པས། གང་དུ་དེ་རི་ལྟར་དར་བ་དེ་
 ལྟར་དུ་རྗེས་ལུས་དང་རི་ལྟར་མི་དར་བ་དེ་ལྟར་དུ་སྟོན་ཐོན་ཡིན་པར་ཁས་སྐྱེས་
 མོ། །དེ་ལྟ་ན་དེར་སང་ཆེས་སྟོན་ཆེད་དུ་དམ་ཐོན་དུ་བཅི་པའི་ལུ་བཟླགས་ཀྱི་རྒྱལ་
 ཁབ་རྒྱུ་མ་གྱི་སྒྲོབ་བྱ་ཆེན་མོ་དག་གིས་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲུང་དང་ཞིབ་འཇུག་
 བཟྱེད་ཅིང་འདུག་ན། ཅི་དེ་དག་གིས་བསམས་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་རྗེས་ལུས་སྒྲུ་



འཕྱར་དུ་འཕྱག་པ་ཡིན་ནམ། གཞན་ཡང་༡༩༧༥ལོར་བསྐྱེད་མཁུ་ཕྱིས་བྱས་པར་
 འཛམ་གླིང་ན་ཡེ་ཤུ་ཆོས་པ་དྲུང་ཕྱར་བཅུ་དགུ་དང་བྱེ་བ་ལྔ་ལྟག་དང་། དཔྱི་སི་ལན་
 གྱི་ཆོས་པ་དྲུང་ཕྱར་བཅུ་གཅིག་དང་བྱེ་བ་གཉིས་ལྟག་ཕྱར་སྟེ། ཆོས་པ་འབོར་ཆེན་
 དེ་ཙམ་གནས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་རྒྱམས་ཆོས་མེད་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་སུའི་ཡང་
 རྗེས་སུ་ལུས་པ་མ་མཐོང་ལ། ཆོས་མེད་པར་སྐྱེ་བ་དག་དེ་རྒྱམས་ཀྱི་ཐོན་དུ་ཐོན་
 ཡོད་པར་ཡང་མ་མཐོང་། །འཛམ་གླིང་འདི་ན་དྲུང་གཏོད་མའི་འཆོ་བ་ལྟ་བུ་ལ་
 སྐྱད་དེ་གནས་པའི་མི་རིགས་དག་འདུག་སྟེ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་ནི་རྩང་
 ཟད་ཀྱང་མི་སྣང་བས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཤོག་གང་ཡང་
 མེད་པའི་བབ་ཅོལ་དུ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་གོ།

ད་ནི་འདི་ལྟར་དབྱེད་པ་སྐབས་སུ་བབ་སྟེ། འོ་ན་རིགས་གསར་ལག་ཅུལ་གྱིས་མི་
 རྒྱམས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་རིམ་བཟང་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་སུ་བཏང་བ་མ་ཡིན་
 བམ་ཞེན། རིག་པ་འདིའི་མཐུས་མི་རྒྱམས་ལ་ཉེར་མཁོ་སྤྱི་ཚོགས་བསྐྱེད་པས་ཐོན་
 མེད་པའི་ལོངས་སྟོན་དུ་མ་ཕྱུང་བས་ཕྱི་དངོས་པོའི་འཆོ་བ་ལ་ཡར་རྒྱས་ཆེན་པོ་ཕྱུང་
 བར་མ་ཟད་མི་རྒྱམས་ལ་ཐོན་མ་གཤིས་པའི་གཤིས་བྱ་རབ་རྒྱུ་མང་པོ་གཤིས་སུ་བཅུག་
 བས་དགེ་མཚན་གྱི་ཆ་མང་པོ་ཡོད་པ་ནི་བདེན་ཏེ་ཡི་རངས་པའི་གནས་སོ། །འོ་ན་
 ཀྱང་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་སྟེ་འགྲོ་སྟེ་དང་བྱེ་བྲག་ལ་གཞོན་པ་ཆེ་པ་སྤྱི་ཚོགས་གིག་
 ཀྱང་ཕྱུང་དང་འཕྱུང་བཞིན་པ་ཡིན་ཏེ། བཟོ་ལས་རྒྱམ་པ་མང་པོ་དར་བར་བྱས་པའི་
 རྒྱུན་གྱིས་ཁོར་ལུག་ཐམས་ཅད་བསྐྱད་པར་གྱུར་ཏེ་སྟེ་ལོ་༡༩༧༩ལོའི་ལྷ་༡༩པར་
 དཔྱིན་ཇིའི་ལོན་ཁོན་གྱིང་ཁྱེད་ཀྱི་བར་སྐྱར་དུ་དུག་གི་ན་སུན་འཐིབས་ནས་མི་
 རྒྱམས་ཀྱིས་ད་སྟགས་འབྱིན་རྒྱུ་བྱེད་མ་ཐུབ་ནས་ཉིན་བཞིའི་རིང་ལ་མི་བཞི་སྟོང་
 ལྟག་ཅིག་གི་བར་མ་ཟད་དེ་རྗེས་ལྷ་བ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་མི་བཅུ་དྲུག་སྟོང་ཙམ་ལ་ནད་

ཐེབས་ཏེ་གི་བར་གྱུར། འདི་ལྟ་བུ་ལྟུང་གྲག་ཞན་རྣམས་སུ་འང་མང་པོ་བྱུང་། དེ་
བཞིན་དུ་དུག་གི་ཆར་པ་བཅུ་ཅི་གི་དང་ཤོག་ཆགས་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་ཆབས་
པོ་ཆེ་བྱུང་། སུའི་ཏེན་གྱི་ལྟུང་དུ་དུག་ཆར་འདི་འི་མཐུས་མཆོུ་པལ་མོ་ཆེའི་ཆུ་
དུག་དུ་གྱུར་ཏེ་ཉ་རིགས་རྣམས་འཛོེས་བས་བྲལ། གོ་མེའི་ལྟ་བུ་གས་སུ་མཆོུ་པལ་
སྟོང་ཡོད་པ་ལས་ཆིག་སྟོང་བདུན་བརྒྱ་ལྟ་བུ་བརྩེ་ནང་ནས་ཉ་རིགས་ཐམས་ཅད་
རྒྱན་ཆད། ཨ་རི་དང་ཁ་ན་ཏ་གཉིས་ནས་མཆོུ་པལ་མི་ཙམ་དུག་རྒྱུར་གྱུར། བརྒྱད་
ནས་མི་རྣམས་ལ་འང་གཞོད་པ་མང་དུ་འབྱུང་། ཨ་རིར་༡༩༥༧ལོར་བརྟག་དབྱེད་
བྱས་པས་མི་བྱེ་བ་གསུམ་ལ་གཞོད་པ་ཐེབས་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དྲིང་བའི་དབྱེད་རྒྱུངས་ཞེས་པ་སའི་གོ་ལའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་བར་སྒྲུང་ན་གནས་ཏེ།
དེ་མེད་ན་ས་གཞི་འདིར་སྐྱེ་འགྲོ་རྣམས་འཛོེས་བས་མེད་པ་ཞིག་སྟེ་དེ་ལ་འང་གཏོར་
བརྒྱག་ཆེན་པོ་ཐེབས་པར་མ་ཟད་ཨ་རིའི་འཁོར་སྐར་གྱིས་བརྟགས་པས་ལོ་ལྟའི་
རིང་ལ་རྒྱངས་རིམ་དེའི་བརྒྱ་ཆའི་གཉིས་དང་བྱེད་ཟད་པར་གྱུར་ཅེས་ཟེར་རོ། །

བཙོ་གྲུ་རྣམས་ཀྱི་དུད་པ་འཁོར་ཆེན་ནམ་མཁམ་སོང་ནས་རྒྱུད་དུ་གི་ཆེན་པོའི་ནང་
དུ་ཨེར་དབྱེད་དུ་ཐན་འབྲུག་པོ་ཆགས་ཏེ་འཛམ་གླིང་གི་པོའི་གནམ་གཤིས་རེ་
དྲོར་གྱུར་པས་ལྟ་སྟེ་དང་བྱེད་སྟེ་གླིང་གཉིས་ཀྱི་འབྲུགས་རོམ་རྣམས་ཁུ་ནས་རྒྱ་
མཆོའི་ཆུ་སྒྲིས་བརྒྱ་ཐུག་འགའ་ཞིག་རེ་མཐོར་བྱིན་པས་མཆོའབྲུམ་གྱི་གོང་ཁྱེར་
དང་ལྟུང་གྲུ་མང་པོ་ཆུ་འོག་དུ་བྱུང་པར་འགྱུར། ཐན་པ་བྱུང་བའི་སྟེན་གྱིས་བྱེ་ཐང་
དག་རྒྱ་རེ་ཆེར་འགྲོ་ཞིང་འབྲུ་དཀོན་པས་སྟེ་ཆེན་པོ་འབྲུང་། གོང་ཁྱེར་དང་གཞུང་
ལམ་སོགས་ཀྱི་བཙོ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་པས་འབྲུ་ཞིང་གི་ཁྱོན་ལོ་རེ་ལས་ལོ་རེ་རེ་རྒྱུད་དུ་
འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་པས་མ་འོངས་པར་འབྲུ་རིགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་རེས་པར་



འབྲུང་བར་འབྲུར་བ་གདོན་མི་ཟེལ། །

འཛམ་གླིང་ཡོངས་ཚོགས་ཡེ་མེད་དུ་གཏོང་བའི་རྒྱལ་ཕན་གྱི་མཆོན་ཆ་བཅོས་ཏེ་མི་
འབྲུམ་ཐེར་དུ་མ་དམར་གསོད་བྱས། ༡༩༩༩ལོ་ཡན་ལ་སའི་གོ་ལ་འདིའི་སྐྱེད་དུ་
རྒྱལ་མཆོན་ནུས་པའི་ཆོད་བལྟ་ཐེངས་ཉིས་སྟོང་ལྷག་ཅིག་བྱས་ནས་ས་གནས་
གཉིས་ཆར་ལ་བཅོག་བསྐྱད་བྱ་ཆེར་བྱས། རྒྱལ་མཆོན་བཅོ་བའི་མན་ངག་དག་གྲང་
ཉ་ཅང་ཁྲབ་བརྒྱལ་དུ་འབྲུར་ནས་ཨ་རིའི་སློབ་འབྲིང་གི་སློབ་མ་ཞིག་གིས་གྲང་རྒྱལ་
ཕན་གྱི་འབར་མདེལ་ཞིག་བཅོས་ཞེས་ཟེར་རོ། །

༡༩༩༩ལོར་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་ཀྱིས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་བཅུ་གཅིག་གི་
ཆེད་ལས་མཁས་པ་དག་བརྒྱུས་ཏེ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དུ་བཅུག་པས་དེ་དག་གིས་སྒྲིམ་
པ། གལ་ཏེ་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འབྲུག་པ་ཞིག་བྱུང་ན། འཛམ་གླིང་གི་མི་དྲང་
སྤྱར་ལྟ་བུ་ལྷག་ལས་དྲང་སྤྱར་བཞི་བཅུ་ཅམ་ཞིག་གསལ་འབྱེད་ཀྱི་དུས་དེ་ཉིད་
དུ་མཇུག་དེའི་མཇུག་ཐོག་དུ་འཆི་བར་འབྲུར་ཞེས་ཟེར་ཏེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་མཆོན་འཕེན་
ཡུལ་གཙོ་བོ་མི་ཆོགས་རབ་དུ་སྒྲུག་པའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་རྣམས་ཡིན་པས་འཛམ་
གླིང་གི་མི་ལས་མོ་ཆེ་གསལ་འབྱེད་ཀྱི་དུས་ཉིད་ན་གསོད་བར་འབྲུར་ལ། དེར་མ་
གི་བ་དག་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འབྲུག་པའི་རྩེས་སུ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་དགུན་དུས་ཞེས་བྱ་བ་
འབྲུང་སྟེ་དེའི་མཐུས་འཆི་བར་འབྲུར་རོ། །

འོ་ན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་དགུན་དུས་ཞེས་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྒྱལ་མཆོན་གྱི་འབྲུག་པ་
ཁྱོད་ཆེ་ཅམ་བྱུང་ཆོ། རྒྱལ་མཆོན་འབར་གས་སུ་ཐོང་བའི་དབང་གིས་བར་སྤང་ལ་
དྲན་པ་དང་ཐལ་རྒྱལ་གིན་དུ་འབྲུག་པོ་ཆགས་ནས་ཡུན་རིང་བོའི་བར་ཉི་འོད་ཀྱི་
སྟོང་གི་ཆ་གཅིག་ཅམ་ཡང་ས་ངོས་སུ་འཕྱོ་མི་རྒྱས་པས་སྤྱན་པ་འཐིབས་གིང་། གྲང་
ངར་རྒྱས་ཏེ་ས་ངོས་ཀྱི་དྲོད་ཆད་གོར་ཐིག་མན་ཆད་ཀྱི་ཨང་གྲངས་ཉི་ཤུ་ནས་ལྔ་

བཅུ་མོགས་ཀྱི་བར་དུ་གྱུར་ཏེ་ལོ་གཅིག་མོགས་ཀྱི་རིང་དུ་སོར་ཆུད་མི་རྣམས་པས་ལོ་
 ཏོག་དང་ཅི་གི་དམམས་ཅད་གང་དང་གྱིས་འཛམས། རིང་གསལ་མོགས་སྟོག་ཆགས་
 འཕོར་ཆེན་གསལ་གྱི་ཆོ་འཆི་ལ། ལུས་པ་དག་གིས་རྩ་དང་རྩ་མ་རྩེད་ནས་འཆི་སྟེ།
 རྩ་རྩ་བ་དག་རམས་སུ་སྦྲིས་གཉིས་ཙམ་ཡོད་པའི་ཆབ་རོམ་གྱི་སྤྱབས་སུ་སོར་ནས་
 བཏུང་དུ་མི་བཏུབ། རྩ་མཆོ་ཆེན་པོའི་རྩ་རི་གང་དུ་གྱུར་པས་ཉ་མོགས་སྟེ་དངོས་
 རྣམས་ཤུལ་མེད་དུ་འགྱུར། དེ་རྗེས་རིང་མོ་ཞིག་ན་ནམ་མཁའ་དྲངས་བར་གྱུར་པ་
 བ་རྩལ་མཆོན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་བར་སྤང་གི་དྲི་བའི་སྤངས་རིམ་གཏོར་བསྟག་བྱས་
 པའི་རྩེན་གྱིས་ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་ཆ་ཟེར་ཁྱད་པར་བས་མི་རྣམས་ལ་རིམས་ནད་ཐེབས་
 པར་འགྱུར་བ་དང་། ཕྱིའི་སྤངས་དཀྱིལ་ཆེན་པོའི་དྲོད་ཆོད་རྗེས་ཕྱིན་པས་རི་མཐོ་
 ཤོས་དག་གི་ངོས་ཀྱི་གངས་ཐམས་ཅད་ལྷ་བས་རྩའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་
 དང་། ལྷ་མ་ས་ཆེན་པོ་དང་རྩ་མཆོའི་ངོས་ཀྱི་དྲོ་གང་མ་སྟོམས་པས་རྩུང་གི་འཛིགས་
 པ་འབྱུང་བ་མོགས་གནམ་གཤིས་ཉ་ཅང་མ་རུངས་པར་འགྱུར་བ་དང་། མི་དྲུང་ལྷུར་
 དུ་མ་དང་དྲུད་འགྲོ་འཕོར་ཆེན་གི་པའི་རོ་ས་འོག་ཏུ་སྤྱ་མཁན་མེད་པས་ག་རུལ་ཁ་
 ཟས་སུ་བྱེད་པའི་སྟོག་ཆགས་རྣམས་རྩ་ཆེར་འཕེལ་ཏེ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་གང་བར་
 འགྱུར་ལ། མ་གི་བར་ལུས་པའི་མི་རྣམས་ལ་དཔལ་འབྱོར་དང་རིག་གནས། ཁོར་
 ལུག་བཅས་ཅི་ཡང་མེད་པར་བྱས་པས་གདོད་མའི་དུས་རབས་བཞིན་དུ་རྩོན་དང་
 བསྟག་འཕྲོ་དག་བསྟུ་ཆོལ་གྱིས་འཆོ་བར་བྱེད། མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ལ་སྟུག་བསྟུལ་
 དུག་པོས་ནོན་པ་ལ་མོགས་པའི་རྩེན་གྱིས་རིགས་བརྒྱད་སྟེལ་མི་རྣམས་པས་ལོ་བཅུ་
 ལྷག་འགའ་ཤས་སམ་དུས་རབས་གཅིག་གི་རྗེས་ནས་དང་དམ་ཤུགས་ཀྱིས་མའི་
 བརྒྱད་པ་ཅད་ནས་འཆད་པར་འགྱུར། ས་སྤང་འདི་འད་མའི་སྟོད་གནས་སུ་མི་རུང་

འཛིགས་སུ་རུང་བ་དག་ལག་རྒྱ་ཐོགས་ནས་པན་ཚུན་འཛིགས་འཛིགས་རུམ་རུམ་
གྱིས་གནས་པ་ན། འཛམ་གླིང་གི་མི་དམངས་རྣམས་ནི་སེམས་སྒྲོ་ཉྩེ་ཞི་བདེ་དང་གྲུ་
ཡངས་བག་ཐེབས་ཀྱི་འཚོ་བ་ལ་ཡིད་གཏིང་ནས་སྒོན་པར་གྱུར་དོ། །

དེ་ལྟ་བུ་ན་རིགས་པ་གསར་པས་མཐར་ཐུག་འཛིག་རྟེན་པའི་བདག་ཅེས་པ་དེའི་
ལང་ཚོ་རྒྱས་སུ་འཇུག་གམ་སྟོག་ཅ་གཏན་རྒྱ་གཅིད་འཛམ་གླིང་གི་མཁས་པ་སུ་
ལའང་ཆ་མ་འཚལ་ན་ཁྱོད་ཅག་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས། གང་ལྟར་ཡང་དམ་པའི་ཚོས་དང་
རིགས་གསར་གཉིས་མེ་རྩ་སྟོད་གཅིག་རྒྱ་བཞག་པ་ལྟ་བུའི་འགལ་བ་གཅིག་ཡོད་
གཅིག་མེད་བྱུང་གོས་པ་ཞིག་རྒྱ་གོ་བ་ནི་ཁྱོད་ཅག་གི་ཡོག་རྟོག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་གང་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་པ་དེ་ནི་ངས་ཀྱང་ཡོད་པར་འདོད་
ལ། ཞེས་དང་། འཛིག་རྟེན་དང་ལྟན་ཅིག་རྩོད་ཀྱིང་འཛིག་རྟེན་དང་ལྟན་ཅིག་མི་
རྩོད་དོ། །ཞེས་འཛིག་རྟེན་གཞོད་མེད་ཀྱི་སེམས་པ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲུབ་པ་རྣམས་
འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལ་ལྟོས་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཞེས་མི་བཞེད་པར་དངོས་སུ་
གསུངས་ཤིང་། ཕྱི་དང་ནང་གི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཁྱད་པར་ལས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་
རྣམ་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པར་ཡང་ཡང་གསུངས་དེ། རིགས་གསར་གྱི་རིགས་
པའི་ཡང་ཅེ་ཚད་རྩལ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་ལྟོས་གྲུབ་ཀྱི་རིགས་པ། ལྷ་པའི་
འཛིག་རྟེན་དང་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སོགས་རིགས་གསར་པས་མངོན་
སུམ་དུ་བྱས་པ་ཤིན་རྒྱུ་མང་པོ་ཞིག་སྒྲར་ནས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་གཏན་ལ་ཐབ་ཟེན་
པས་རིགས་གསར་གྱི་གསར་མཐོང་རྣམས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་གྲུབ་མཐའི་བདེན་དབང་
འབང་ཞིག་རྒྱ་གྲུར་འདུག་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པ་འདི་ག་ལགས་ན་འགལ་བ་ཅི་
ལྟར་ཡོད་འོན་ཀྱང་སྤྱི་བའི་འཛིག་རྟེན་ནམ་རྩལ་སྤུན་གྱི་རང་བཞིན་ཏེ་གྱིས་མདོ་
དེའི་སྟེང་ནས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་བདག་མེད་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ཉྩེ་སྟེ་ག་ན་
འཚའི་སྟུག་བསྐལ་གཏན་དུ་སྤངས་པའི་ཞི་བའི་བྱོགས་སུ་ཕྱིན། རིགས་གསར་པས་



རུལ་མཚོན་ལྷ་ཚོགས་པ་བཟོས་ཏེ་སྒྲིལ་ཆུ་རྒྱམས་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་བཟད་པའི་འོག་ཏུ་
 བརྟལ་པ་ནི་ཕྱེད་པ་པོ་དེ་དག་གི་ནོར་འབྱུལ་དང་ཉེས་པ་ཇམ་པོ་ཆེ་ཡིན་མོད།
 རིགས་པའི་རྒྱམ་གཞག་དེ་ནི་དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་དེ་ག་རང་ཡིན་པས་ཅི་ཞིག་
 འགལ། རིགས་གསར་གྱིས་ཤེས་པ་དེ་དག་ཕྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་གི་ཆ་
 ཤས་ཙམ་ཡིན་གྱི། བར་གི་རྟེན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་རྒྱམས་ནི་ད་དུང་ཕྱོགས་ཙམ་མ་ཤེས་
 མི་ཤེས་ཤེས་པར་མི་འཕྱུར་ཏེ། རུལ་འདི་ནི་རྒྱལ་པའི་གསུང་རབ་འབའ་ཞིག་གི་
 བརྟན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་དངོས་པོའི་གཤིས་ལུགས་ཡང་དག་པ་ཤེས་
 བས་ཞི་བའི་གོ་འཕང་མཐར་ཕྱིན་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དག་གིས་ནི་གསུང་རབ་རིན་
 པོ་ཆེ་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་སྟེ། གཞན་དུ་སྒྲེ་མ་བརྩུར་ནས་མར་འབྱུང་བར་རེ་བ་
 བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་སུ་འགོ་བལ་མི་རིགས་རང་གི་རིག་གཞུང་
 ཉིད་པ་རྒྱམས་རྩ་མེད་དུ་མ་བཟང་ན་མི་འོང་སྟམ་པ་ནི་གཡོན་དུ་ལྷུང་དྲགས་པའི་
 གནས་སྒྲུབས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཉིད་རུལ་དེ་ག་སྤྱར་ཡང་འབད་པས་བསྐྱངས་པ་ཙམ་
 ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ནོར་ཏེ། ང་ཚོ་རང་གི་རྐྱང་པ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཡར་ལང་
 དགོས་ལ། རང་གི་རྐྱང་པ་གཉིས་ཀྱིས་འཇམ་གྱིང་མི་དམངས་ཀྱི་གལ་དུ་འགོ་
 དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན་རིགས་གསར་ལས་འབྲལ་ལུགས་ཀྱི་གནོད་པ་མེད་ཅིང་ཐན་པ་ཡོད་པའི་
 ལག་རུལ་རྒྱམས་ཀྱིས་ལོངས་སྤྱོད་ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་ཞིང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་
 དངོས་སྤྱོདས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་ལྷན་ལ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཆར་ལ་ཐན་པའི་དམ་པའི་
 ཚོས་ཀྱི་སྒྲོབ་གསོས་མི་རྒྱམས་ཀྱི་བསམ་པའི་ཡོན་ཏན་གོང་འཕེལ་དུ་བཟང་ན་ད་
 གཞོད་མི་ལུལ་འདི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་ཞིག་ཏུ་འཕྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱར་སྤྱུས་པ།

རིགས་གསར་རིགས་འབྱུལ་མེ་ལྟེ་ལྷགས། །ཆགས་སྤང་རྒྱུད་གིས་སྤར་ཆེས་ན། །

སྒོད་བཅུད་ཐུང་གིང་ཡོངས་བསྐྱེད་པ་ནས། རང་གིས་རང་འཛོམས་འདི་ཕྱི་ཕུང་། །
 བདེར་གསེགས་བསྟན་པ་བདུད་རྩི་གཏེར། སྒྲེ་འཛིན་འཛིགས་པ་གཏན་བཙུག་
 བས། །ཕན་བདེའི་ལང་ཚོ་རྒྱས་པའི་གཏེན། སྒྲལ་བཟང་འགྲོ་བའི་དགའ་སྟོན་
 ལགས། །དེ་ལྟར་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་ནི། །དབྱེད་གསུམ་རབ་རྒྱ་དག་པའི་ཕྱིར། །
 ཐུན་པའི་སྒྲོ་སྒྲར་ཇི་སྟེད་པ། རང་མཚང་ངོམ་པའི་རྒྱ་རྒྱ་གསལ། །ཆེར་སྒྲིགས་ལྟ་
 རན་བདོ་བའི་ཚོང་འདུས་ན། །ལེགས་བཤད་ཉེས་བཤད་རིན་ཐང་མཉམ་གྱུར་
 པས། སྒྲོན་ཡོན་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་མིག་ཚོལ་ལ། །རི་བོང་ཅལ་ལ་འདྲིག་པའི་
 བརྒྱལ་ཁྱེད་སྒྲོངས། །དེ་ལྟར་སྒྲུས་པའི་ལེགས་བྱས་གྱིས། སྒྲེ་བའི་ཐེང་བ་ཇི་
 སྟེད་པར། །ཐུབ་བསྟན་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད། །བཙེ་བས་འགྲོ་ལ་གསལ་གྱུར་
 ཅིག །ཅེས་པ་འདི་ནི་དེང་སང་གི་ཤེས་མེད་ཅོལ་རྒྱུད་དག་ལ་མཐུབ་མོས་རི་སྟོན་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་
 ཏུ་གྲུའི་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཁས་འཆེ་ཞིང་གནང་དེང་གི་རིགས་པ་གང་ལའང་གཟུ་བའི་སྒྲོས་
 འཇུག་ལྟེན་བཞུག་པ་རྩལ་ཁྱིམ་སྒྲོ་གྲོས་སུ་འབོད་པས་རབ་རྒྱན་ལྟེན་སྒྲུལ་ཚོ་འཇུག་ལྟེན་
 བའི་ཡར་ངོའི་ཆོས་གཅིག་ལ་གསེར་ལྟོངས་སྒྲུ་མ་རུང་ཏུ་རྒྱར་བ་དགེ་ལེགས་སྒྲུ་རྒྱར་ཅིག

༣༣། །དུས་སྤྱ་བབ་པའི་གང་མ་ལྷགས་གཉིས་
གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་
བལྷགས་སོ། །

ན་མོ་གྲ་རུ་མཛུ་བྱི་ཡེ།
རྒྱབས་ཆེན་ཐུགས་བསྐྱེད་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་ཡིས། །
ཅོད་ལྡན་འགོ་བའི་དོན་དུ་ཉེར་དགོངས་པ། །
ཐུབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཉིན་བྱེད་མྱིད་པའི་མིག།
ཆོ་རབས་ཐེང་བར་ཞབས་རུལ་སྤྱི་བོས་བསྟེན། །
རྒྱལ་ཀྱན་སྟེང་རྗེའི་རང་མདངས་སྒྲུ་མའི་གར། །
ཟླ་ཤེལ་འོད་ཆགས་མཚན་དབེར་སྟོན་པའི་སྒྲུ། །
གདུང་ལྡན་གངས་ཅན་འགོ་བའི་མགོན་གཅིག་སྤ། །
འཕགས་མཆོག་འཛིན་རྟེན་དབང་ལྷག་བྱུག་གི་སྤལ། །
ཏྲོ་ཁའི་ལྷོངས་ཆེན་མོངས་པའི་སྟན་སྒྲིང་དུ། །
རྒྱལ་བསྟན་ཉིན་བྱེད་འབྲེན་པའི་ཤིང་རྟ་བ། །
མཁན་སློབ་ཆོས་རྒྱལ་སྤེ་བཞིའི་བྱེད་པོ་ཡི། །
འཁོར་མེད་བཀའ་དྲིན་དུས་ཀྱི་མཐར་ཡང་དུན། །
འདི་ན་སྟེས་སྤྱངས་སློ་ཞན་ཡང་། །



བཅོས་མིན་དག་པའི་ལྷག་པས་མ་གྱིས། །

གང་བྱན་ལྷག་པར་བཞེད་པའི་གདམ། །

ཁ་བ་རི་པའི་ཚོགས་སུ་སྒྲ། །

དེ་ལ་འདིར་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲུབ་པ་ཤ་དང་རུས་གཅིག་པ། ལས་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་འབྲེལ་བ། ཚེས་དང་དམ་ཚིག་འབྲེས་པ། སྒྲིད་སྒྲུག་དང་རེ་འདུན་མཚུངས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱང་ཁུང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་བྱང་པའི་ཁ་བ་དང་ཞིག་བྱ་བར་འདོད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རུས་གྱི་མར་གཤམ་འདིར་རང་ཅག་གི་ཡུལ་འདི་ན་འདི་དང་ཕྱི་མ་འཕྲང་བྱེད། ལྷ་དང་མི་ཡིས་ཁྲེལ་བ། ཚེས་དང་འཛིག་རྟེན་ལ་འགལ་བ། རང་མིས་མཐོང་ན་ཡི་ཆད་པ། གཞན་མིས་མཐོང་ན་ཞེ་མེར་བ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་པས། ཉན་མཁན་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེ་རང་གི་བསམ་རྒྱུ་ཙམ་ཞིག་བཞེད་པར་འདོད་དོ། །

དེ་ཡང་འཇམ་གྱིང་སའི་ཡང་ཅེ། ཡུལ་གཙང་ཞིང་བག་ཏུ་བ། རུས་བཞིའི་དབྱེ་བ་རྣམ་པར་གསལ་བ། བཞེད་ཆགས་གྱི་གངས་རི། མཛེས་སྒྲུག་གི་ཡུལ་ལྗོངས། དྲངས་གཙང་གི་ནམ་མཁའ། ཏུ་འཇམ་གྱི་ཉི་འོད་སྟོགས་སུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལྗོངས་གྱི་བཀོད་པ་མངོན་པར་བཀྲ་བའི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་འཛིག་རྟེན་འདིར་ལོ་ཁྲི་དྲུག་གི་གོང་རོལ་ནས་དབང་མཛེངས་བརྒྱལ་ཡོད་དང་ལྷན་པའི་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་རང་གི་རིག་གནས་དང་དབལ་འབྱོར་བསྐྱུན་ཏེ་བདེ་བར་གནས། ཚེས་གྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རིའི་སྒྲུབ་རྣམས་བཟུང་རིམ་གྱིས་སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ཆེན་པོས་ཡོངས་སུ་བྱུང་བས་ལས་འབྲས་བྱང་དོར་གྱི་དམིགས་བྱེས། ཐར་ལམ་བྱང་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་ཤོལ་བཏོད་པས་བོད་ཚོས་ལྷན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་སྒྲུབ་པོ་ཐམས་ཅད་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་བདེ་ཞིང་སྒྲིད་པའི་ངང་དུ་འཛོ

བར་གྱི། དེ་རྗེས་ཐོད་སེལ་བྱར་འཕྲོར་བ་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་དུ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་
 ཏུས་ལྷན་གྱི་ཏུ་རིང་མོ་དེའི་ནང་དུ་འཕྲོར་ཆུད་ཅི་རིགས་པ་བྱུང་ཡང་སྤྱིའི་ཆ་ནས་
 མི་རིགས་རང་གིས་བསྐྱུན་པའི་རིག་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་འཛོལ་ཞིང་རང་གི་རིག་
 གནས་དེ་རྣམས་འཛིན་སྐྱོང་སྤེལ་པའི་བརྩོན་པ་བར་མ་ཆད་དུ་བྱས་པས་ད་ལྟའི་
 ཏུས་སུ་འདྲ་རང་རིགས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་རང་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་གཉིས་ཀ་རྒྱན་མ་
 ཆད་པར་གནས་སོ། །ད་ལྟེ་མི་རིང་པའི་མ་འོང་པའི་ཏུས་སུ་ནི་ཏུས་དབང་གིས་
 འཛམ་བུ་གླིང་གི་མི་རིགས་སྤྱ་ཚོགས་པ་དང་རིག་གནས་སྤྱ་ཚོགས་པ་དག་ལན་ཚུན་
 འདྲེས་ཏེ་ཁྲག་གི་གཤེག་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཉིན་ཡོད་དེ། དེའི་སྤྱ་རྣམས་རྣམས་ད་ལྟ་
 ནས་འོང་བཞིན་པ་ཡིན། དེའི་ཆོན་མི་རིགས་སོ་སོའི་རིགས་གནས་རྣམས་ལ་ལ་ནི་
 མི་མངོན་པའི་དབྱིངས་སུ་རྒྱུབ་པ་དང་། ལ་ལར་ནི་གཞན་གྱི་གན་སྤྱ་ཚོགས་པ་
 ཟུགས་པ་དང་། ལ་ལ་ནི་རིགས་དང་ལྷན་གྱི་མཚམས་ལས་བཞུལ་ཏེ་གཞན་དུ་
 ཟུབ་པ་སོགས་འཕྲོ་འགྱུར་སྤྱ་ཚོགས་པ་འབྱུང་བའང་གདོན་མི་ཟ། དེའི་ཕྱིར་གཞན་
 ཀྱི་རིག་གནས་དང་སྤྱོད་པ་སྤྱོན་ཅན་མང་པོ་འདྲ་འཛུགས་པར་ནང་དུ་འཛུལ་ཏེ་འོང་ངོ་། །
 དེས་ན་འཕྲོ་འགྱུར་དེ་དག་གི་ཁྲོད་ནས་རང་རེའི་ལ་མེས་ཀྱིས་བཞག་པའི་རིག་
 གནས་རྣམས་གཙང་མར་སྐྱོང་རྒྱ་དང་། གཞན་གྱི་ལྟ་སྤྱོད་སྤྱོན་ཅན་རྣམས་སྤྱོན་
 འགོག་དང་བཟང་པོ་རྣམས་ནང་འདྲེན་བྱེད་རྒྱ་འདི་ནི་ཏུས་སུ་བབས་པའི་བྱ་བ་
 གལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བརྩིས་ཏེ་འབད་བརྩོན་བྱ་རྒྱ་དང་། རང་རེའི་སྤྱོན་གྱི་སྤོལ་རྣམས་
 ཀྱི་ནང་དུ་འདྲ་ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡུགས་གཉིས་དང་མི་འཚམས་པ་ཅི་རིགས་
 པ་རེ་འདུག་པ་དག་ལ་སྦྱར་བཅས་གིག་བྱེད་པའང་དགོས་པ་ཆེ་བས་སྤྱོ་བོ་སྤྱོ་གྲོས་
 དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་གཞིགས་ལེགས་པོ་བྱས་ཏེ་ལག་ལེན་དུ་བྱེད་པས་པ་



ཞིག་མཛད་དུ་གསོལ་ལོ། །

འདི་ལ་གཉིས་ཏེ། དང་པོ་ཁྱིམ་པའི་སྒྲེབ་ཆུ་མས་ལ་འདི་དང་གྱི་མར་

བདེ་བའི་ཐབས་སུ་རང་གི་ཤེས་ཚད་ཀྱི་ཁ་བར་ཞིག་བྱ་བ་ལ།

དང་པོ་ཆས་གོས་ཀྱི་ཐད་ལ།

སྒྱིར་རང་རེའི་གོས་དང་རྒྱན་ཆས་འདི་བོད་གངས་ཅན་གྱི་མི་ཡིན་པའི་མཚོན་བྱེད་
ཡིན། བོད་ཡུལ་གྱི་དྲོ་གང་དང་མཚམས་ཤིང་མཛེས་ཉམས་ཀྱང་མི་དམན་པ་ཡོད་
ལ་སྒྲབས་ཀྱང་བདེ་བས་དུས་རབས་གསར་བའི་སྒྲབས་ཀྱི་སྦྱོད་ལམ་དང་མི་
འཚམས་པ་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་བོད་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡུལ་དུས་དང་འཚམ་
པའི་བོད་གོས་གཙང་མ་གྱི་རྒྱ་ཅིས་ཀྱང་གལ་ཆེད། །

འོན་ཀྱང་དེང་སང་བོད་ཀྱི་གོས་དག་ལ་ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལུགས་གཉིས་ཀ་
དང་མི་འཚམས་པའི་སྒྲོན་འགའ་ཡང་མཐོང་སྟེ། གང་ཞེ་ན། གོས་ཀྱི་མཐའ་ནས་
སྟག་དང་གཟིག་དང་སྒམ་གྱི་པགས་པས་གོས་རང་ཆེར་མི་མཐོང་བ་ཙམ་དུ་
གཡོགས་ཏེ་མཛེས་ཆོས་བྱེད། འདི་ནི་རང་རེའི་མིག་ལམ་ལ་མཛེས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་
ཀྱི། མི་རིགས་གཞན་ནམས་ཀྱི་མིག་ལམ་དུ་མི་མཛེས་པར་མ་ཟད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་
གདུག་པའི་སྦྱོད་པ་ཞིག་ཏུ་བརྟེན་བར་གོར་མ་ཆག་ལ། དོན་དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་ཀྱང་
ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གཉིས་ཀ་དང་འགལ་བ་ཞིག་སྟེ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་
ནས་བཤད་ན། ལྟོ་འགྲང་དང་རྒྱབ་དྲོ་གང་ལ་འང་མི་ལན་པར་ཤེས་བཞིན་དུ་སེམས་
ཅན་རབ་དུ་མང་བའི་སྟོག་རང་གིས་གཙོད་པའམ་གཞན་ལ་གཙོད་དུ་བརྟུག་ནས་དེ་
ནམས་ཀྱི་པགས་པས་དགོས་མེད་དུ་རང་གི་ལུས་བརྒྱན་ཏེ་མཛེས་པར་སྒྲིམ་པ་ནི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱ་གཅིག་པའི་མ་ལྟར་དུ་བྱམས་དང་བརྟེན་བརྟུག་དུ་
འདོན་པའི་ཐོག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་ཤིན་ཏུ་འགལ་བའི་སྒྲན་ཅིང་གདུག་པའི་སྟོག་

སྤྱོད་ཅིག་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་སྟོག་ཆགས་ཆེས་མང་པོ་དོན་མེད་དུ་གསོད་པར་བྱེད་
པའི་ཕྱིར། དེར་སང་བོད་རང་གི་ཡུལ་གྱི་སྟོག་ཆགས་རྣམས་སྤུ་མ་ཟད་པ་ཁི་མི་ཐར་
གྱི་སྤུ་མ་དང་ཨ་སྟེ་རི་ཁའི་གཟིག་སོགས་སྤྱིའི་རྒྱལ་ཁབ་དག་གི་སྟོག་ཆགས་རྣམས་
ཀྱང་ཁྱིམ་ས་འགལ་གྱི་སྟོན་ས་བསད་དེ་ལོན་ཤུ་སོགས་ཀྱི་ཆོང་འདུས་རྣམས་སྤྱིར་
ནས་བོད་ལ་འཆོང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བོད་ནི་སེམས་ཅན་དེ་སྟོད་ཅིག་
གི་སྟེག་སྟེན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། རང་ལ་ཕན་པ་མེད་པ་དང་།
གཞན་ལ་གནོད་པ་ཡོད་པ་དང་། ཡ་རབས་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱེལ་བར་འགྱུར་བའོ། །
དང་པོ་ནི། དེར་སང་ཕྱི་རྒྱལ་ནས་ཐོན་པའི་སྤུ་མ་ལྷགས་རིན་གོང་ཆེ་ཤོས་གཅིག་ལ་
དམངས་སྒྲོར་བདུན་སྟོང་ནས་བརྒྱད་སྟོང་ཙམ་རེ་དགོས། གོས་སྒྲོར་ལེགས་པོ་ཞིག་
ལ་དེ་འདྲའི་སྤུ་མ་ལྷགས་གསུམ་ཙམ་ཞིག་དགོས། དེ་ལྟ་ན་གོས་སྒྲོར་གཅིག་ལ་
དམངས་སྒྲོར་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་ནས་བཞི་སྟོང་གི་བར་འགོ། དམངས་པལ་བ་ཞིག་གིས་
ཉིན་གཅིག་གི་ངལ་རྩལ་འོང་འབབ་དམངས་སྒྲོར་ཉི་ལྷུ་ནས་ཉི་ལྷུ་ཙམ་
ཞིག་ཡིན། དེས་ན་སྤུ་མ་སྒྲོར་གཅིག་ལ་ཉིན་དགུ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་སྟེ་ལོ་གཉིས་དང་ལྔ་
བ་བདུན་གྱི་ངལ་རྩལ་གྱི་འོང་འབབ་རིལ་གྱིས་སྦྱིན་དགོས། གཟིག་སྒྲོར་རབ་
གཅིག་ལ་གཟིག་ལྷགས་ཆ་ཆང་ཞིག་དགོས། གཟིག་ལྷགས་བཟང་ཤོས་ཤིག་ལ་
དམངས་སྒྲོར་བརྒྱད་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་དགོས། དེ་ཉིད་ཉིན་སྤུ་མ་བརྒྱ་བཞི་བརྒྱན་
བཞི་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་འི་བར་གྱི་ངལ་རྩལ་འོང་འབབ་ཡིན། ལྷག་ལྷགས་རབ་གཅིག་ལ་
སྒྲོར་ཆིག་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་ནས་ཉིས་སྟོང་གི་བར་ཡིན། དེས་གོས་སྒྲོར་གཅིག་ལྷག་གམ་
གཉིས་ཙམ་ཞིག་འོང། གོས་སྒྲོར་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རེ་རེ་ལ་ཉིན་སྤུ་མ་བརྒྱ་



ཅམ་གྱི་འོང་འབབ་བྱིན་དགོས། དེ་ལྟར་ལོག་ཉིས་དང་བྱེད་ལྷག་གི་འོང་སྒོ་སོགས་
 བྱིན་མིད། དེས་ཆེ་བྱི་མ་ལའང་མི་ཡན། ཆེ་འདིར་ཡང་ཁ་ལ་ཞིམ་རྒྱ། ལྟ་བརྒྱག་རྒྱ།
 རྒྱལ་དོ་རྒྱ་གང་ལའང་མི་ཡན། རང་རེ་བོད་རྒྱམས་ཀྱི་སྐམ་སྒྲོར་མ་ཞིག་གྱོན་འདུག་
 ཅེས་སོགས་ཟེར་དེ། མཚར་མཚར་ལྟར་དུ་བརྩི་ཡང་གཞན་གྱིས་མཐོང་ན་ཁྲེལ་
 པའི་རྒྱ་ཅམ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། མི་རིགས་གཞན་པ་རྒྱམས་བོད་ཀྱི་ས་ཁུལ་དུ་
 འོང་ནས་བོད་ཀྱི་ལག་ནས་སྒྲོར་མོ་བྲུངས། བོད་ཀྱི་ས་གནས་རང་ནས་ཆོང་ཁང་།
 མགོན་ཁང་། བཟང་བརྟུང་ཁང་རྒྱམས་བཟོ་སྐྱབ་བྱས་དེ་ལྷག་པོར་གྱུར། རང་རེ་
 རྒྱམས་ཀྱིས་རང་གི་སའང་རང་གིས་བེད་སྤྱོད་བྱ་མི་ཤེས་དེ། རྩོད་གྲོང་རྒྱམས་སུ་
 མོང་ནས་བལྟས་ན་གསལ་ཅིང་། བམ་རྒྱན་སྟོད་གོས་གཅང་མ་ཅམ་ཡང་གྱོན་རྒྱ་
 མེད་བཞིན་དུ་དོའི་རིགས་དག་དང་གཅན་གཟན་གྱི་ལྷགས་པ་དེ་དག་སྒྲོམ་དུ་
 བརྒྱག་ནས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་ཀྱི་པར་དུ་ཉར་ཆག་བྱེད། འོན་ཀྱང་དེ་དག་རི་
 ལྟར་བཞག་ཀྱང་རིང་བསྐལ་འཕེལ་བ་ལྟར་འཕེལ་འོང་རྒྱུ་ནི་མེད་པས་བེད་མེད་ཀྱི་
 འཆིང་ཐག་ཅིག་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་དེ་སྤྱུང་རྒྱམས་ལ་བཞག་པ་
 བཟང་པོ་ཡིན་པར་སྒྲོམ། གལ་དེ་སྤྱུང་རྒྱམས་ལ་བཞག་པ་བཟང་པོ་ཞིག་
 བསམས་ན་དེ་རྒྱམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་རིག་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞོག་དང་བཞག་པ་བཟང་
 པོ་དེ་ག་ཡིན། རྒྱ་ཁོར་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱང་དེ་ག་ཡིན། ཆེ་གང་རིང་སྤྱིད་སྤྱག་ཅི་ཞིག་
 བྱུང་ཡང་བརྟག་རྒྱ་མེད་པའི་ནང་ནོམ་དམ་པའང་དེ་ཡིན་དེ། དེ་ཡོད་ན་ཅི་དགོས་
 འགྲུབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། གཅན་གཟན་གྱི་ལྷགས་པས་གོས་བརྒྱན་པ་འདིས་རང་ལ་ཡན་པ་
 མེད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དོན་མེད་དུ་སེམས་ཅན་གྱིན་ཏུ་མང་པོ་ལ་གནོད་པ་ཆབས་
 ཆེན་བྱེད་དེ། ལྷག་དང་གཟིག་གི་མཐའ་སྒྲོར་རེ་རེ་དོན་དུ་སྤྲུག་གཟིག་རེ་ཅམ་

དང་། གུམ་གྱི་མཐའ་སྒྲོར་གཅིག་གི་དོན་དུ་གུམ་གསུམ་ཙམ་མེད་ཐོག་དོན་མེད་དུ་
 གྲུལ་དགོས། དེ་ལྟ་ན་པོད་གྱི་གོས་ཡོངས་རྩོགས་པ་སྒྲུབ་ན་སེམས་ཅན་གང་ཙམ་
 ཞིག་གི་གཅེས་པའི་ཐོག་དོན་མེད་དུ་འབྲོ་བརྒྱུག་གཏོང་དགོས་ཞིབ་པར་སོམས་
 ཤིག་དེ་བཞིན་དུ་ཆར་གོས་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ཐོག་ལ་ཤིན་ཏུ་གཞོད་པའི་
 རྟིག་པའི་བྱོན་ཆས་མ་རུང་བ་ཞིག་སྟེ། ཆར་གོས་གཅིག་གི་དོན་དུ་ལུ་གུ་ལུ་བརྩ་
 ཙམ་མེད་ཐོག་གཅོད་དགོས། དེ་ཡང་ལུ་གུ་རྣམས་དཔང་པོ་སྒྲིན་ཅིང་མའི་འོ་མའི་
 བརྩད་ལ་འོ་ལ་ཏེ་སྒྲུང་བ་རུང་ཟད་སྒྲིད་པའི་མོད་ལ་བསད་དེ། ཆེད་འདིའི་སྒྲུང་བ་
 ལ་ཡུད་ཙམ་ལས་འོ་ལ་དུ་མི་འཇུག་སེམས་ཅན་དེ་སྟེད་ཅིག་གི་ཐོག་ཆུད་ཐོས་སུ་
 བཏང་བའི་གྲུབ་དོན་ནི་རང་གི་རྒྱུལ་ལ་རག་བྱ་འཇམ་པོ་ཙམ་ཞིག་འོང་བ་དེ་མ་
 གཏོགས་གཞན་མེད། དེ་ཙམ་ནི་དེང་སང་གི་གོས་གཞན་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་དོད་
 གྲུབ་འོང་བས་དགོས་ཤིང་ཡང་མི་འདུག་ལེགས་པར་བསམས་ན། སེམས་ཅན་
 རེ་མེད་ཐོག་ཀྱང་རང་རང་ལ་ཇི་འདྲའི་གཅེས་ཤིང་པངས། དེས་ན་རང་གི་ཁེ་ཕན་
 ཆུང་དུ་དེ་ཙམ་གྱི་ཐུར་དུ་སེམས་ཅན་བརྩམས་མང་པོའི་ཐོག་གཅོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་
 རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། དཔེར་ན། ལྷ་སྐོར་བྱང་སྟེ་གླིང་ནས་ཨོག་དཀར་མང་པོ་བསད་དེ་
 དེའི་པགས་པ་ལས་བྱི་བྱུལ་བྱས་ཏེ། སྟེས་པ་དང་ཐུད་མེད་ཐམས་ཅད་གྱིས་བྱོན་
 ཅིང་ཤིན་ཏུ་འགངས་ཆེན་བྱེད། ཡོ་འོ་བ་གླིང་སོགས་སུ་པགས་གོས་རེ་རེ་ལ་ལྷ་སྐོར་
 ཁྱི་ཐག་མང་པོ་སྟེར། ཐུས་སུ་ཐོག་ཆགས་སུང་སྟོབ་ཆོགས་པ་ཞིག་བྱང་སྟེ་གླིང་དུ་
 ཆེད་བསྟོད་གྱིས་བརྟགས་པས། རོན་པ་དག་གིས་ཨོག་དཀར་གྱི་པགས་པ་མི་རལ་
 པའི་ཐུར་དུ་མེ་མང་འོ་སོགས་མཆོན་གྱིས་མི་བསྟན་པར་དབྱུག་པ་འབའ་ཞིག་གིས་



བརྟུངས་ཏེ་གསོད་པར་བྱེད་པས་གནས་དེའི་གངས་དང་ཆབ་རོམ་གྱི་སྤེང་ཐམས་
 ཅད་དུ་ཁྱེད་གིས་དམར་པོར་གྱུར་ཏེ་ངན་གསོད་བྱེད་པ་མཐོང་ནས་གནས་ཚུལ་དེ་
 དག་དཔར་དུ་སྒངས་ཏེ་འཛམ་གྱི་འགྲིང་གི་མི་རྣམས་ལ་ཤེས་སུ་བརྟུག་པས་ཐམས་
 ཅད་ཡིད་ལམ་སྟེ། རོ་རྒྱལ་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ཤུགས་ཆེན་བརྩམས། གྲོང་ཁྱེར་རྣམས་
 སུ་ཨོག་དགར་གྱི་པགས་གོས་གྱོན་པའི་གང་ཟག་མཐོང་ཆེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་འབྲུ་
 བཞད་དང་མི་དགའ་པའི་བརྟུང་རྟོ་དང་ཤིང་བྱ་འཕེན་པ་སོགས་བྱེད་པས་དུས་ཤིས་
 སུ་གོས་དེའི་ཆབ་མ་མིས་བཟོས་པགས་པ་ཅམ་ལས་པགས་གོས་དེ་དངོས་སུ་གྱོན་
 པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་པར་གྱུར་ཏོ། །

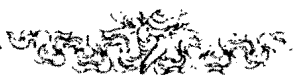
དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་བོད་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོན་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་སྒྲོམ་ནས་ཏེ་པའི་ལོ་འགའི་
 རིང་ལ་གཙན་གཟན་གྱི་པགས་པ་སྒྲ་ཆོགས་པ་གྱོན་ཅིང་། བརྟན་འཕྲིན་དག་
 བརྟུད་དེ་ཕྱི་རོལ་དུ་ཁྱབ་བསྐྱུག་བྱེད་པ་དེ་ལའང་ལས་མཐའ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་...
 འོང་སྟེ། འཛམ་གྱི་འགྲིང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་མ་རབས་ཐ་གལ་སྒྲུན་སྒྲོངས་སུ་བཅི་བར་
 གདོན་མི་ཟེ། །

དེས་ན་གོས་མཐར་གཙན་གཟན་གྱི་པགས་པས་གཡོགས་དགོས་པའི་དེས་པ་མི་
 འདུག་ལ། ཅིས་ཀྱང་དགོས་ན་རེ་ཞིག་མིས་བཟོས་གཙན་གཟན་པགས་པས་ཆབ་
 བྱས་ཀྱང་མི་ཆོག་པ་མི་འདུག་པར་སེམས་སོ། །གལ་ཏེ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་པ་མེས་ཀྱི་
 སྒྲོལ་ཡིན་པས་རྒྱུ་རྒྱུ་མི་རུང་ངོ་ཞེས་ད་དུང་ལུ་ཚུགས་བྱེད་ན། འོན་གནས་སྐབས་
 སུ་མཆོན་ཅམ་བྱེད་ཅིང་མཐར་གྱིས་མེད་པར་བྱེད་པའམ་ཅི་དགར་མཛོད་ཅིག

གཉིས་པ་བཟའ་བརྟུང་ལ།

དང་པོ་བཟའ་བ་ནི། སྤྱིར་བོད་ལུལ་གྱི་འབྲུ་རིགས་དང་། སྤྱོད་ཆོད་སོགས་ལ་ཁོར་
 ལུག་འབག་བཅོག་བྱེད་པའི་རྣམས་རན་རྣམས་ཀྱིས་ཆེར་མ་བསྐྱུད་པས་གཙང་མ་

ཡིན་ལ། རྒྱུ་པར་དུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འབྲུ་མིན་གྱི་རིགས་སོགས་ཁ་ཟས་སུ་མི་བྱེད་པ་ལྟ་
 ལུས་མཚོན་ཡ་རབས་དཔེ་བཟང་གི་སྤྱོད་པ་མང་པོ་ཡོད་དེ། ལྷགས་སྤྲུལ་བཟང་པོ་
 འདི་རྣམས་དང་སང་གི་དུས་སུ་རིན་ཆེན་གསེར་གྱིས་ཉམས་ཀྱང་ཁྱག་དཀར་བས་མི་
 རབས་ནས་མི་རབས་གྱི་བར་དུ་མི་ཉམས་པར་འཛིན་སྤྱོད་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་
 དེང་སང་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱིམ་འགའ་རེ་ན་འང་རྒྱ་རིགས་རྣམས་གྱིས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་
 འབྲུ་མིན་བཟང་པའི་ཟས་ཁང་བསྐྱུན། བོད་མི་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་མི་ཤེས་པ་འགའ་
 རེའང་དེར་སོང་ནས་འཛེམ་མེད་དུ་ཟ་བར་བྱེད་ཅིང་། ད་དུང་རང་ཉིད་མཐོང་རྒྱ་
 ཅན་དང་ཤེས་རྒྱ་ཅན་དུ་རྫོམ་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ཡ་རབས་སྤྱོད་བཟང་གི་རྒྱུ་རྐྱེད་པར་
 བྱེད་པའི་སྤྱེ་འདྲེན་ཡིན་པས་སོ་སོའི་རང་ངོ་ནས་གཟབ་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། འབྲུ་
 མིན་སོགས་ཁ་ཟས་སུ་བྱེད་པ་འདི་མ་རབས་གྱི་གདུག་སྤྱོད་ཐ་ཆད་པ་ཞིག་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་ནག་ལ་འང་མི་རིང་པའི་རྒྱན་དུ་དེ་ཙམ་མི་དར། འོན་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་
 མི་རྣམས་གྱི་སེམས་ལ་ལྟ་བུ་ལོག་པ་དང་འདྲོད་མེད་ཀྱི་གདོན་ཞུགས་ཏེ། སྤྲུལ་པ་
 ལྟར་གྱུར་ནས་ངན་སྤྱོད་སྤྱེ་ཆོགས་པ་དང་དུ་ལེན་པར་མ་ཟད་དེ་ཉིད་ལྷགས་སྤྲུལ་
 ཞིག་ཏུ་ཆགས། གནའ་བོའི་རིག་གཞུང་མི་ཆོས་གཙང་མ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་
 རྣམས་ལ་རིན་ཐང་སྤྱེ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་གྱུར་པས་ཡ་རབས་གྱི་སྤྱོད་པ་དུ་མ་མཁའ་
 ལ་འཇའ་བཞིན་དུ་ཡལ། ཐངས་གཅིག་གི་ལྟོ་འགྲེང་ཙམ་རེའི་ཕྱིར་དུ་སེམས་ཅན་
 བརྒྱ་པུག་མང་པོའི་སློག་རྒྱུད་ཟོས་སུ་གཏོང་བ་དང་། མིག་གི་མཐོང་ཆད་ཀྱི་སློག་
 ཆགས་རྣམས་བསད་དེ་བཟང་། སློག་ཆགས་གསར་བ་ཞིག་མཐོང་བ་ན་ཐོག་མའི་
 རྣམ་རྟོག་ནི་འདི་ཟོས་ན་ཨེ་ཞིམ་སྒྲུམ་པ་དེ་རང་ཡིན། དེ་ཡང་སློག་ཆགས་པལ་མོ་
 ཆེ་ཞིག་གསོན་གསོན་དུ་བཟང་བ་སོགས་བརྟེ་མེད་ཀྱི་གདུག་སྤྱོད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་



འཛིགས་སུ་རུང་བ་དག་བྱེད་དེ། དཔེར་ན། རྒྱ་ནག་གི་ཉི་མེན་ཆུ་མཛོད་ར་བ་ (石
 门水库) ན། ཉ་གསོན་པོའི་བཟའ་བ་གསུམ་ (活鱼三吃) ཞེས་པ་ཞིག་
 ཡོད། དེའི་ནང་གི་གཅིག་འདི་ལྟ་སྟེ། ཉ་གསོན་པོའི་རོ་སྟོང་ལག་རས་སྟོན་པས་
 ད་གྲིས་ནས་རོ་སྟོང་སྟུམ་ཁོལ་མའི་ནང་དུ་བསྐྱེགས་ཏེ་ཆོས་པ་ན། དེའི་སྟེང་དུ་བྱོ་
 བའི་ཇུས་རྒྱམས་བཏབ་སྟེ། མགོན་པོ་རྒྱམས་ཀྱི་མདུན་དུ་བཞག་ནས་ལག་རས་
 བསལ་བ་ན་ཉ་དེ་ད་དུང་གསོན་པོར་ཡོད་དེ། ཁ་གདངས་བ་དང་མིག་གཡོ་འགྲལ་
 བྱེད་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤ་གསར་བ་ཡིན་པས་བྱོ་བ་ཞིམ་པར་སེམས། དགའ་
 ཞིང་མགྲན་ནས་ཁ་མཆར་ཅེད་མོ་བྱེད་བཞིན་བྱར་མ་སྒྲངས་ཏེ། ཉ་དེའི་རོ་སྟོང་ནས་
 ཁམ་རེ་རེ་བཞིན་བཅད་དེ་གསོན་གསོན་དུ་ཟ་བར་བྱེད་དོ། །

ཡང་ཆོད་མ་གཞན་ཞིག་ལ་བྱི་བ་རྒྱ་གསུམ་པ་ (三叫鼠) ཞེས་ཟེར་དེ། དེ་རིང་
 རྒྱུས་མ་ཐག་པའི་བྱི་རྒྱག་དག་གསོན་པོར་ཟ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་གསུམ་ཞེས་པ་ནི། བྱི་
 རྒྱག་རྒྱུས་མ་ཐག་པ་བྱི་ཆང་ནས་ལེན་པ་ན་རྒྱག་ནས་རྒྱད་དང་པོ་སྟོག་དེ་ནས་
 མངར་རྒྱར་ལན་ལྔ་སོགས་བྱོ་བའི་ཇུས་དག་གི་ནང་དུ་བཅུག་པ་ན། ལུས་ལ་སྒྲུ་མ་
 རྒྱུས་པས་ལྷགས་པ་ཆང་དགས་ནས་རྒྱད་རྒྱ་གཉིས་པ་སྟོག་དེ་ནས་གསོན་གསོན་དུ་
 ཁར་བཅུག་སྟེ། སོས་ལྷད་པའི་ཆེན་ན་ཟུག་མི་བཟོད་དེ་རྒྱད་རྒྱ་ཐངས་གསུམ་པ་
 འབྱིན་ནོ། །དེ་སྟེང་པའི་ཆེན་ལྷད་པའི་ནང་དང་མོ་ཁའི་ནང་དུ་སོན་པ་ན་ད་དུང་
 རྒྱད་ལག་རྒྱམས་གཡོ་འགྲལ་བྱེད་ཀྱང་ཟ་མཁན་རྒྱམས་ནི་གཅན་གཟན་བཞིན་དུ་
 རོ་ལ་ཆགས་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་སེམས་སོ། །

ཡང་བྱ་ཤ་བསྐྱེགས་མ་བྱེད་ཚུལ་གིན་དུ་ཡང་བ་ཡོད་དེ། ཞབས་ཉུགས་ལེབ་ཡིན་
 པའི་སྟོང་དུ་བྱ་གསོན་པོར་བཅུག་དུང་དུ་བྱོ་བའི་ཇུས་སྟེ་ཆོགས་བཏབ་པའི་ཁུ་བ་
 ཐོར་བ་གང་འཛོག་དེ་ནས་སྟོང་དེའི་འག་ནས་མེ་བཏང་བ་ན། དང་པོ་བྱའི་རྒྱད་པ་

ལུགས་ལེབ་ཚ་པོའི་ཐོག་ཏུ་བཞག་སྟེ་སྒོད་མི་བྱུང་པས་སྒོད་ཀྱི་ནང་དུ་ཡར་རྒྱག་
 རྩར་རྒྱག་བྱེད། ཚ་དུབ་ཀྱིས་ལུས་ལས་རུལ་རྒྱུ་མང་དུ་བྱོན། དེ་ཙམ་གྱི་ནང་ཏུ་སྒོམ་
 པས་དུང་དུ་བཞག་པའི་བྱོ་རྩལ་གྱི་ཁུ་བ་མ་ལུས་པར་འཁྱུང་པས་ལུས་ཡོངས་རྩལ་
 ཀྱི་བྱོ་བ་དེའི་དྲི་དང་རོས་བྱུང་ཅིང་མཐར་འཁོར་བར་འགྱུར། དེ་ལྟར་གསོན་གསོན་
 ཏུ་བསྐྱེགས་པའི་ག་དེ་མི་རྒྱམས་ཀྱི་མཐུན་དུ་བཞག་པས་དགའ་བཞིན་དུ་ཟ་བར་
 བྱེད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྤྱེལ་གསོན་པོའི་གྲང་པ་ཟ་བར་བྱེད་དེ། སྤྱེལ་གསོན་པོ་ཞིག་ཆེད་དུ་
 བཟོས་པའི་ཙོག་ཙེའི་བར་དུ་དམ་པོར་བརྩུར་ནས་གྲང་པ་ཙོག་ཙེའི་སྟེང་དུ་མངོན་
 པར་བྱས། མགོན་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་དེའི་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་ཏེ་སྒོད། གན་བཤམ་
 ཞབས་བྱི་པས་སོག་ལེད་ང་ཐོབ་རྒྱུ་དུ་ཞིག་ཐོགས་ཏེ་འོང། སྤྱེལ་གྲང་པས་སོག་
 ལེས་དུས་ནས་ཐོབ་སེལ་རྒྱུ་ཟད་བསྐྱུན་པ་ན་གོག་ནས་གྲང་པ་སྤྱེལ་གྱི་མཐོང་བ་
 བ། ཟ་མཁན་རྒྱམས་ཀྱིས་ཁམ་རེ་ཁམ་རེ་བརྩུས་ཏེ་ཟ། སྤྱེལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་
 བཟོད་དེ་ལྷགས་སྤྱང་བ་ན་ཙོག་ཙེའང་སྤྱུལ་བར་བྱེད་མོད། ཟ་མཁན་ཀྱིས་གང་མོ་
 དགོད་བཞིན་ཟ་བ་ལས་ལྟ་ཅིམ་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །

གཞན་ཡང་ཉ་གསོན་པོ་རྒྱ་ཁོལ་བཞིན་པའི་ནང་དུ་འཆོད་པ་ན་ཕྱིར་མཆོང་ཨེ་བྱུང་
 ལྟ་སྟེ། སྒོད་ཀྱི་ཁ་གཙོད་ངོས་ལ་མཆུས་བརྟེག་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་གྲོག་ཏུ་སྒྲོག་པ་དང་།
 སྤྱིག་སྤྱིན་གསོན་པོ་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་ནང་དུ་བརྩུག་ཅིང་ཁ་བཅད་དེ་འོག་ནས་མེ་
 བཏང་ནས་གསོན་སྤྱིག་བྱེད་པ་ན་ཚ་རེག་མི་བཟོད་ནས་སྤྱོད་པའི་ནང་དུ་ཡར་རྒྱག་
 རྩར་རྒྱག་བྱེད་པ་དང་། སྤྱུལ་བ་རྒྱམས་ཀྱི་མགོ་བཅད་དེ་ཐང་ལ་ལྟུང་བའི་ཆོན་
 ད་དུང་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རང་གི་མགོའི་གནས་སུ་རེག་ནས་མགོ་ཨེ་ཡོད་བལྟ་



བར་བྱེད། སྤལ་བ་གསོན་པོའི་ལྷགས་པ་བཤུས་ཏེ་རྒྱང་ལག་སྦྱང་པ་ལ་བྱངས་ནས་
 ཆོང་འདུས་སུ་བཤུམས་ཏེ་འཛོག་པ་ན་ལུས་ལ་སྦྱང་བྱས་ཆོས་ཆོ་སྤྱད་བསྐལ་གྱིས་
 འཕག་འཆག་བྱེད་པ་སོགས་མིག་གིས་བལྟ་གཏན་ནས་མི་བཟོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་
 ཡོད་དེ། མི་རྒྱམས་གྱིས་རང་གི་ཁེ་ཕན་ཐོན་ཏེ་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་སེམས་ཅན་རྒྱམས་ལ་
 སྤྱད་བསྐལ་སྒོ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བ་བྱེད། ད་དུང་རང་ཉིད་ཤེས་ལྡན་ལ་རབས་གྱི་མི་
 རིགས་ཡིན་མདོག་བྱེད་པ་ནི་མི་རིགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་ངོ་ཆ་མི་ཤེས་པ་
 ཙམ་དུ་བྱེད་དོ། །

སྦྱོང་པ་འདི་རྒྱམས་གྱི་འབྱུང་ཁུང་ནི་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་པར་འཛིན་པའི་ཆད་ལྟ་དེ་
 ཉིད་ཡིན་པས་ཆད་ལྟ་འདིས་འཛམ་གླིང་གི་སེམས་ཅན་ཐ་ན་དུང་འགོ་ཡན་ཆད་ལ་
 གནོད་པ་ཆད་པས་པོ་ཆེ་བྱས་པ་བགྱང་གིས་མི་ཡོང་ངོ་། །འདི་དག་གིས་མཚོན་པའི་
 གཏུག་རྒྱུབ་ཀྱི་སྦྱོང་བ་ན་དེ་རྒྱམས་པོད་དུ་མི་འབྱུང་པའི་ཐབས་བྱ་རྒྱ་ལ་ཐམས་ཅད་
 གྱིས་རེས་པར་དུ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་གི་མཐས་པ་དང་ཡ་རབས་
 གྱི་སྒྲེ་བོ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་རྒྱམས་གྱིས་ཤ་བྲག་གི་ཁ་ཟས་འདི་ལ་སྦྱོན་ཆེན་པོར་བལྟ་
 བཞིན་པ་ཡིན་ལ། ཤ་བྲག་གི་ཁ་ཟས་མི་བསྟེན་པའི་མི་ཚོགས་ཀྱང་རེ་བས་རེ་མང་
 དུ་འགོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་སྦྱོན་གསེབ་ཀྱི་ཉི་འོད་བཞིན་རེ་སྒྲག་དང་ཡིད་སྦྱོན་གྱི་
 གནས་སོ། །ད་ལྟ་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་འང་ས་གནས་མང་པོར་སྦྱོ་ཆོད་སྦྱ་ཆོགས་
 དང་ཤིང་རྟོག་གི་རིགས་སོགས་མང་ཙམ་འོང་བཞིན་ཡོད་ལ། འདི་དག་གིས་ཤི་
 ཁ་ཟས་ཀྱི་རོ་དང་བཅུད་གཉིས་ཆར་གྱི་ཆབ་ཀྱང་འོང་བས་ན། ཡུལ་གྲུ་མང་པོ་ཞིག་
 ཏུ་ཤ་མི་བཟའ་བའམ་རེ་ཏུ་དུ་གཏོང་བའི་མཐུན་ཁྱེན་ལེགས་པར་ཆང་བས་སེར་
 སྒྱ་ཡོངས་གྱིས་ཤི་ཁ་ཟས་འདི་ལ་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་གྱིས་འཛམ་པར་བྱ་དགོས་ཏེ།
 ཤ་ཟ་བའི་དབང་གིས་སྟོག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་མང་པོའི་སྟོག་ལ་གནོད་ཅིང་སྤྱད་བསྐལ་

དཔག་ཏུ་མེད་པ་མྱོང་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེར་མ་ཟད་ཤ་ཟོས་པས་རང་གི་ལུས་ལ་འང་ནད་སྒྲ་ཚོགས་སྟེང་ཅིང་ཆོ་བྱང་བར་
 འགྱུར་ཏེ། རྩོན་གྱི་ཚན་རིག་པ་དང་གསོ་རིག་པ་དག་གིས་ཤེད་ཁ་ཟས་ཀྱི་ཚྭ་གས་
 འདིར་ནོར་འབྲུལ་གིན་ཏུ་ཆབས་པོ་ཆེ་ཞིག་ཤོར་ཏེ། སྐབས་དེར་ཁོང་ཚོས་ཤེད་
 བཟའ་བ་འདིས་ལུས་ཁམས་ལ་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད་བརྟུང་དང་བྱོད་
 གྱིས་པན་པ་ཡོད་པར་རྫོམ་ནས་ཚན་རིག་སློབ་གསའི་དཔེ་དེབ་ནང་དུ་འདྲིས།
 སློབ་གྲུའི་དགོ་ཤོན་ཚུན་ཆད་གྱིས་དར་སྟེལ་བྱས། འཇམ་གླིང་འབྲུག་ཆེན་གཉིས་པ་
 ཚུན་ཆད་ནས་མི་རྣམས་གྱིས་འདི་ནི་ཚན་རིག་གི་གྲུབ་དོན་དང་། ཟས་ལ་ཡོངས་
 སྟོད་ཚུལ་ཆོས་སྟོན་ཐོན་ཞིག་ཡིན་སྟུམ་སྟེ། དེ་དག་གི་རྗེས་སྒྲུ་འབྲངས། དེའི་དབང་
 གིས་དུད་འགྲའི་རིགས་དུང་ལྷུར་ཕྱག་བགྲང་གིས་མི་ཡོང་ཞིག་དམར་གསོད་བཏང་
 བར་མ་ཟད། མི་ཁྱིམ་མང་པོའི་ཆོ་སྟོག་གི་མཇུག་དུས་མིན་དུ་རྫོགས་པར་
 བྱས། འཇམ་གླིང་གི་སྟོན་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་ཨ་མེ་རི་ཁའི་མི་རྣམས་གྱིས་གོང་གི་ལྷ་པ་
 དེ་ཆད་མར་བྱས་ཏེ། ཤ་རབ་ཏུ་མང་པོ་ཟོས་པས་མིའི་བརྒྱ་ཆ་ལྷ་བརྟུང་དེ་སྟོང་ནད་
 དང་ཁྲག་ཤུགས་མཐོ་བ་དང་ཁྲག་རྩའི་ཚྭ་གས་ཀྱི་ནད་གྱིས་གི་བར་གྱུར། ཨ་ ག་ ཡ་
 དང་ཨ་ རྩེ་ རི་ ཁའི་རྒྱལ་ཁབ་དབུལ་པོ་ཤེད་རིགས་མང་པོ་བཟའ་རྒྱ་མི་རྟེན་པ་དེ་
 དག་གི་ནད་དུ་ནད་དེ་རིགས་གྱིས་གི་བ་གིན་ཏུ་ཉུང་བར་མཐོང་བ་ན། ཚན་རིག་པ་
 དང་གསོ་རིག་པ་དག་གིས་སྤར་ཡང་དེ་ཚྭ་གས་སྒྲ་དོ་སྤར་གསར་བ་ཞིག་མི་བྱེད་ཀ་
 མེད་བྱུང་སྟེ། ཨ་ རིའི་ཁྲང་ལེར་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཤོན་ཚུན་ཐོར་ཞེས་པས་རྒྱ་
 བག་ཏུ་ཞིབ་འཇུག་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ། རྒྱ་ནག་གི་རྫོང་ཁག་ལྷ་བརྟུང་དུག་
 ལས་རྫོང་རེ་ནས་མི་བརྒྱ་རེ་བསྟུས། རྩོན་མི་ལྷ་སྟོང་དུག་བརྒྱལ་ཡོ་འགའ་ཞིག་གི་



ཡན་རྟེན་ཞིབ་བརྟགས་བྱས་པས་རྒྱན་རྟེན་འབྲས་དང་སྡོ་ཚོད་ཙམ་ལས་ཤི་ཆེར་མི་ཟ་
 མཁན་རྣམས་ལ་རྩུ་མའི་འབྲས་རྒྱན་དང་། གཞང་དཀར་ནག་གི་འབྲས་རྒྱན། གྲོ་
 བའི་འབྲས་རྒྱན་སོགས་ནད་རིགས་དེ་རྣམས་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བར་མཐོང་། དེ་
 བཞིན་རྟེན་ཐའེ་ཕན་སློབ་གྲུ་ཆེན་མོའི་དགོ་ཆན་ཁྱིན་རེ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ལོ་གཉིས་ཀྱི་
 རིང་ལ་ས་གནས་སོ་སོའི་དགོན་པ་བཞི་བརྒྱ་ཞེད་གྲའི་ནང་རྟེན་འབྲས་པའི་ཤི་མི་
 བཞེས་པའི་རབ་རྟུ་མུང་བ་ཉིས་བརྒྱ་ཞེད་གྲུ་དང་། དེ་དག་ལས་གཞན་ཤི་ཟ་བའི་མི་
 ཆེག་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་དང་བུན་ལ་ཕན་ཚུན་བསྐྱར་རྟེ་ཞིབ་བརྟགས་བྱས་པས་ཤི་མི་
 བཞེས་པ་དེ་རྣམས་ལ་ཁྲག་གྲགས་མཐོ་བ་དང་སྟོང་ནད་དང་ཁྲག་རྩའི་ཕྱོགས་ཀྱི་
 བྱད་རྣམས་ཤིན་ཏུ་དཀོན། ཤི་ཟ་བ་རྣམས་ལ་ནད་འདི་རྣམས་ཡོད་པ་མང་། ཤི་མི་
 ཟོས་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་རྩངས་མི་འདད་བ་དང་ཁྲག་དམའ་ཆེས་པའི་ནད་རྣམས་ཀྱང་མི་
 འཕུང་བར་གསལ་བར་མཐོང་ངོ་། །

འོན་ཤིང་ཤི་ཟ་བ་ལ་དེ་འདྲའི་ནད་མང་བ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། གྲོག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་ལས་
 མུང་བའི་སྦྱུ་མ་དེ་ཟོས་ན་མིའི་ཁྲག་ནང་གི་སྦྱུ་མ་ཆོད་མཐོ་བར་འགྱུར་ལ། དེའི་
 དབང་གིས་ཁྲག་གར་མོར་གྱུར་རྟེ། ཁྲག་རྩ་འཛང་བ་དང་། ཁྲག་རྩའི་ནད་རྟེན་
 ལེགས་པར་མི་རྒྱ་བས་སྟོང་ནད་སྟེད་པ་དང་། དེང་སང་མིས་གསོས་པའི་བ་ལང་
 དང་ཕག་བྱ་སོགས་རྟེན་འགྲོ་རྣམས་གསོ་བའི་ཆོན་དེ་དག་སྦྱར་རྟེན་ཆེ་བར་འགྱུར་
 བའི་ཕྱིར་རྟེན་འགྱུར་གྱི་རིགས་སྤྱ་ཆོགས་པ་བཟར་འཇུག་རྟེན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་
 བཟའ་ཆས་སྟོ་ལུ་མ་གྱི་སྟེང་རྟེན་འདར་འབྲུག་གསོད་པའི་ཕྱིར་རྟེན་རྟུག་མང་རྟེན་ལྷག་ལ།
 རྟེན་འགྲོའི་བཟའ་ཆས་ཡིན་པས་རྟུག་སེལ་གྱི་ཐབས་ལའང་ཆེར་མི་འབད། གྲོག་
 ཆགས་བསད་ཟིན་པའི་འག་རྟེན་ཤི་མི་རུལ་བའི་ཕྱིར་རྟེན་ཤིའི་སྟེང་རྟེན་རུལ་འགོག་སྦྱར་
 རྒྱས་འདེབས། དེ་དག་ཐམས་ཅད་མིའི་ལུས་ལ་གནོད་པའི་རྟུག་ཅན་འབབ་ཞིག་

ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་རྩ་རེན་སིའི་སྐད་གྲགས་ཅན་གྱི་རྩ་མ་འགྱུར་རིག་པ་པ་ལུན་དེ་ཞེས་པ་
 དང་ཨ་རིའི་སེམས་ཁམས་རིག་པ་པ་ཨེར་མ་ཁེ་གཏིས་གྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པས།
 སེམས་ཅན་གང་ཡིན་ཡང་གསོད་པའི་ཆེན་འཇིགས་སྒྲག་དང་རྒྱག་བསྐལ་ཏེ་ཅང་
 ཆེན་པོ་འོང་གིན་ཡོད་ལ། སེམས་ཀྱི་ཆོར་ཡུགས་ཆེན་པོ་དེའི་དབང་གིས་སེམས་
 ཅན་དེའི་ལུས་ལས་དྲག་ཅན་གྱི་རྩ་མ་འགྱུར་ཞིག་འབྱུང་སྟེ། དེ་སེམས་ཅན་རྣམས་
 ཤི་བ་ན་དེའི་ཤའི་ནང་དུ་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་ཞེ་སྟངས་པོ་
 ལང་བ་ན་དེའི་ཁ་རྒྱུངས་དེ་ཤེལ་གྱི་སྒྲ་གྲངས་མོ་ཞིག་གི་ངོ་ལ་ཆགས་སུ་བཅུག་ན།
 ཞེ་སྟངས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁ་རྒྱུངས་དེ་ལྟར་བྱས་པའི་ཁ་དོག་དང་ཡང་མི་
 འདྲ་ལ། རྒྱུངས་པ་དེ་སྒྲན་ཁབ་གྱི་རྒྱུར་བསྐྱར་ཏེ། བྱི་བའི་ལུས་ལ་བཏང་ན་བྱི་བ་དེ་
 དུས་ཆོད་སྐར་མ་འགའ་ཞིག་སོང་ཆེ་དུག་གིས་འཆི་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་ཞེ་
 སྟངས་ལང་བའི་དུས་སུ་སྤུ་ལ་རྩུ་འོ་འབྱུང་དུ་བཅུག་ན། སྤུ་ལ་དྲག་ཞུགས་ནས་ནད་
 གྱིས་ཐེབས་པར་འགྱུར་བ་དང་། དྲག་ཅན་གྱི་རྩུ་འོ་འདིས་བྱིས་པ་རྒྱུང་དུ་ཤི་བར་
 གྱུར་པའང་འཛམ་གླིང་གི་ཁྱོན་ན་དྲག་རྩུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་སྟེ་ཡིན། ཤ་དེ་མིས་་་
 ཟོས་པ་ན་དྲག་གིས་ཐེབས་པར་འགྱུར་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཤའི་ནང་དུ་སྤྱིན་འཁུ་གིན་རྩུ་མང་པོ་ཡོད་པ་ཆེ་ཤེལ་གྱིས་བལྟས་ན་
 ཤིན་རྩུ་གསལ་བར་མཐོང་བྱུང། མིས་ཤ་དེ་ཟོས་པ་ན་སྤྱིན་སྤུ་དེ་དག་ལུས་ལ་
 ཞུགས་ནས་ནད་སྤྱ་ཆོགས་པ་སྟེད་དེ། རྩུ་ལ་འདི་སངས་རྒྱས་གྱིས་གྲང་མདོ་ལས་
 གསལ་བར་གསུངས་སོ། །ཁོ་ལོ་མ་སྤུ་ལ་སྤོབ་གྲ་ཆེན་མོའི་རབ་འབྱམས་པ་ཏན་
 ཏིན་གྱིས། ཤ་ཟ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུ་མ་བྱུང་ལ། བྱུང་པར་



དུ་རྒྱ་ཆེན་དང་ཞིང་འཇམ། ཤ་མི་ཟ་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་མ་དེ་ལས་ཐོག་
 ཉེ་འདྲེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཤིང་བཅུད་འཇུ་བ་མཐོགས་པས་རྒྱ་མའི་ནང་དུ་ཡུན་
 རིང་གནས་མི་དགོས་པས་ཡིན་ཞེས་ཟེར། མི་དང་ཤ་མི་ཟ་པའི་ཐོག་ཆགས་གཞན་
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ནི་རང་གི་ལུས་ལས་དུག་འགྱུར་གྱིས་རིང་བས་ཤ་ཟོས་ན་རྒྱ་མའི་
 ནང་དུ་ཡུན་རིང་གནས་པས་རུལ་ནས་དུག་ཏུ་འགྱུར། དེས་ན་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཤ་ཟ་
 བ་གིན་ཏུ་མི་འཚམས་ཞེས་ཟེར་རོ།

མདོར་ན་ཤ་ཟོས་པས་ལུས་ལ་ནད་མང་དུ་སྒྱེད་པ་དང་ལུས་ཅུང་ཟད་འགྱུལ་སྒྱེད་
 བས་པ་ཙམ་གྱིས་ངལ་ཞིང་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། གཉིད་རྒྱར་དགའ་བ། རིག་པ་མི་
 དུངས་པ་སོགས་ཉེས་པ་མང་པོ་འོང་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོངས་གཤགས་སུ་གྱུར་ཡོད་
 རོ།

ཡང་སྤར་གྱི་སྤུལ་ལེན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་དག་གིས་ལུག་རོན་རྣམས་ལས་ལྷ་
 གཅིག་ཤ་བྱིན་ནས་གསོས། ལྷ་གཅིག་ལ་བཟའ་བ་གཞན་བྱིན་ནས་གསོས་ཏེ་
 བརྟགས་དབུད་བྱས་པས་སྒྲ་བ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཤས་གསོས་པ་རྣམས་གདུག་རྩུབ་
 ཆེ་བ་དང་ཁོ་སེམས་སྒྲེ་སྒྲ་བར་གྱུར། གཞན་རྣམས་གཤིས་རྒྱད་འཇམ་པོར་གྱུར་བ་
 མདོན་སྤུལ་དུ་མཐོང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ཐོག་ཆགས་མང་པོ་ལའང་དེ་ལྟར་དུ་
 བརྟགས་པས་ཕལ་ཆེར་འདྲ་བར་གྱུར། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་
 གྲུང་ཤ་ཟ་བ་རྣམས་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་མེད་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་སོ། །དེ་
 ལྟར་ཆེ་འདིར་ནད་སོགས་ཉེས་པ་མང་དུ་སྒྱེད་པར་མ་ཟད་ཆེ་ཕྱི་མར་སྤྲུག་གཟིག་
 སོགས་སེམས་ཅན་མང་པོ་གསོད་པའི་དུད་འགྲོའི་ལུས་སྤངས་ནས་ཐིག་པ་ཚབས་
 ཆེན་གསོག་ དེའི་དབང་གིས་དཔུལ་བར་སྒྲེ་བའི་ཉེན་ཁའང་གིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་
 རོ།

དེ་ལྟར་ག་ཟ་བ་འདི་སྒྲིར་ཉེས་པ་ཆེ་བས་རུ་བ་ནས་མི་བཟའ་བ་ཞིག་ཨེ་འོང་བལྟ་
 དགོས་ལ། བྱང་པར་དུ་སྤུལ་སྤུལ་འབྱེད་མེད་མོགས་སྒྲིག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཁ་ཟས་
 སུ་བྱེད་པའི་ལུགས་སྒོལ་འདི་རྒྱ་ནག་གི་ཡུལ་གྱུ་སྒྲི་དང་བྱང་པར་ལྟོ་རྒྱད་དུ་གིན་ཏུ་
 དར། དེང་དུས་རྒྱ་བོད་གཉིས་འབྲེལ་འདྲིས་ཆེ་བ་དང་། བོད་རྒྱམས་ཙུའ་རུང་བས་
 འན་སྒྲིད་རྒྱམས་འགོས་སྤྱ། དེས་ན་སྒོལ་འན་འདི་དག་བོད་ནང་དུ་མི་དར་བ་ཆེས་
 གལ་ཆེ་བས་ཅིས་ཀྱང་ག་ཟ་བ་རྩ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བཅུང་བ་ནི། བཅུང་བ་རྒྱམས་ལས་ཆང་རག་འདི་ཉེས་པ་ཀྱང་གྲི་རྩ་བ་
 ཡིན། རང་རེ་བོད་ལ་མ་ཆོན་ན་མཐོ་བྲི་ཐོག་གི་རྒྱལ་པོ་ནས་དམའ་ལམ་སྤིང་གི་
 འབྲམ་བོ་ཡན་ཆད་ལ་ཆང་འདིས་གཞོད་པ་བསྒྲུལ་བ་བགྱང་གིས་མི་ལང་། བོད་རྒྱ་
 བྲི་རལ་བ་ཅན་ལྟོ་འཛམ་བུ་གྲིང་གི་ཡུལ་གྱུ་གསུམ་གཉིས་ལ་དབང་རྒྱར་བ་ཡང་
 ཆང་གིས་ཐྱོས་བས་ཐིག་སྒྲོན་དག་གིས་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་བསྐྱོ་བའི་གོ་སྐབས་
 ཉིད་དེ། བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲིད་པའི་རྒྱལ་རབས་ཐེད་དང་བཅུ་གསུམ་དང་གིན་ཏུ་
 སྒྲིད་པའི་རྒྱལ་རབས་ལཱ་འཛུགས་གཏན་ཏུ་རྫོགས་པར་གྱུར། དར་མ་ལུད་མ་བཅོན་
 ཡང་ཆང་རག་ལ་དགའ་ཞིང་སྒྲིད་པ་འན་བས་ཀྱེན་བྱས་ཏེ་ཆེན་པོ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་
 མོག་མའི་ཐོན་ཐག་ཆད་པ་བཞིན་དུ་སིལ་ལུར་འཐོར་བ་ལ་ལྟོས། དེ་བཞིན་དུ་
 གནའ་དང་དེང་རབས་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་ལ་མཁས་ཤིང་མཛངས་པའི་སྤྱེ་བོའམ་
 སྤྱུད་དང་རྫོས་གར་མོགས་ལ་ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་རལ་བ་དག་ཀྱང་ཆང་གིས་ཐྱོས་པ་
 བ། རོ་ཆ་བྲིལ་ཡོད་རང་གི་ཐོབ་ཐང་རྒྱམས་གཏིང་ནས་བརྗེད་དེ། མཁས་པའི་
 ཆོགས་སུ་མི་འོས་པའི་གཏམ་དང་སྒྲིད་པ་སྤྱོད་ཆོགས་བྱས་ཏེ། རང་ཉིད་རང་གིས་
 དམའ་འབེབ། ཡོན་ཏན་གཞན་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་ཆང་གི་ཉེས་པ་དེའི་ཆ་ནས་ཀྱང་



གྱིས་ཁྱེལ་ཞིང་མཐོང་རྒྱུ་བའི་ཡུལ་དུ་གྱུར། དཔལ་པོ་སྟག་མེད་ལྟ་བུ་དག་གྱུར་
 ཆང་གིས་ཕྱོས་པ་ན། སྤར་མ་ལ་འདྲ་བ་དག་གི་ལག་ལོག་རྒྱུ་འདྲ་དཀའ་ཆོག་ས་མེད་
 པར་འགྲོ་མཐུན་པོ་སྟག་མེད་ལྟ་བུ་དག་གིས་གྱུར་མཉམ་དུ་ཆང་བཏུང་ནས་བཟི་
 བ་ན་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཆོག་རེ་བཤད་ཚུལ་ཙམ་གྱིས་འཐབ་ཅིང་
 གཅིག་གིས་གཅིག་གསོད་པར་བྱེད། དཔལ་བྱུགས་རྒྱུང་ཟད་ཡོད་པ་དག་གིས་ཆང་
 གིས་བཟི་བ་ན་དོན་མེད་གྱི་མི་རྣམས་ལ་ལྟགས་དང་མི་མཐུན་པའི་བརྟན་བཅོས་སྟ་
 ཆོག་ས་བྱེད། ལལ་བ་རྣམས་གྱིས་གྱུར་རང་གི་རྒྱུང་མ་དང་། རྒྱ་གྲུ་བཟའ་མི་རྣམས་
 དོན་མེད་དུ་རྒྱུང་དེག་བྱེད་ཅིང་སེམས་གསོད་པའི་ཆོག་རན་སྟ་ཆོག་ས་བ་སྟ། གསང་
 ལོས་གྱི་གདམ་ཐམས་ཅད་མི་ལ་ལྟག་པར་འཆད། དོན་ཆེན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་
 འཆར་ཏེ། སྟོབ་གྲུའི་སྟོབ་མ་རྣམས་གྱི་སྟོབ་སྟོབ་། ཤེས་ལུན་ལྟགས་བསམ་ཅན་
 རྣམས་གྱི་འབད་པ་སྟགས་སྟོང་པོ་ཅན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོ་ཁ་མི་ཕྱོགས།
 གལ་ཏེ་ཕྱོགས་ནའང་རྒྱལ་མིན་ལྟགས་མིན་ཞིག་ལས་མི་བྱེད། མཐར་རང་གི་ལུས་
 གྱུར་ནད་གྱིས་ཟིན་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཆང་བཟི་བར་བཏུང་བ་མི་དགེ་བ་
 ཡིན་པས་དེའི་རྣམ་སྟོན་གྱིས་ཆོ་བྱི་མར་རན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་ཉེན་ཡང་ཡོད། སྟོན་
 པ་སངས་རྒྱས་གྱིས་རྩ་ཅུའི་ཐིགས་པ་ཙམ་ཞིག་སྟས་འཐུང་བ་དེ་དའི་སྟོབ་མ་མིན་
 ལ་ང་ཡང་མི་དེའི་སྟོན་པ་མིན་ཞེས་གསུངས་སྟེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་སྟོན་དགེ་སྟོང་
 ཞིག་གིས་རི་ཁྲོད་ན་ཉམས་ལེན་མཛད་དེ་བཞུགས་པའི་དུང་དུ་བུད་མེད་ཅིག་གིས་
 ཆང་བུམ་པ་གང་བཟུང་། ར་མ་ཞིག་ཁྲིད་དེ་འོང་ནས་དགེ་སྟོང་དེ་ལ་ཡང་ན་ཁྲོད་
 གྱིས་ར་མ་འདི་སོད། ཡང་ན་ང་ལ་མི་ཆང་བ་སྟོད། དེ་མིན་ན་ཆང་བུམ་གང་པོ་འདི་
 འཐུང་ཞེས་ཟེར་བ་ན། དགེ་སྟོང་གིས་ར་མ་གསོད་པ་དང་མི་ཆངས་པར་སྟོད་པ་ནི་
 ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་པས་དེ་ལས་ཆང་འདི་བཏུང་སྟུམ་ནས་ཆང་དེ་འཐུང་བས་བཟི་

ནས་མི་ཚངས་པ་སྤྲད། ར་མའང་བསད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་མང་ནི་ཆོ་
འདི་བྱི་གཉིས་ཀར་འཕྲང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་པོ་མོ་སྤུས་ཀྱང་བརྟུང་མི་རུང་།
འགའ་ཞིག་གིས་ཆང་ལ་བྱིན་རྒྱབས་བྱས་པ་དང་ཚོགས་ཆང་བརྟུང་ཚོག་ཅེས་ཟེར་
བ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ནི་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་ཁྱུངས་མེད་ཀྱི་རྟོག་བཟོ་ཁོ་ན་
ཡིན། དེས་ན་ཚོགས་ཆང་གི་ནང་དུ་མཚུབ་མོ་བཅུག་ནས་དེ་ཁ་ལ་རེག་པ་ཙམ་བྱེད་
དགོས། འདིག་རྟེན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན་བྱིན་རྒྱབས་བྱས་པར་གྲགས་པའི་ཆང་
དང་ཚོགས་ཆང་གིས་ཀྱང་གོང་གི་ཉེས་པ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་རི་བཞིན་དུ་སྦྱེད་
པས་ཆང་ལལ་བ་དང་ཁྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཁ་གཡར་ས་སྤྱ་ཚོགས་པ་བཙལ་ཏེ་
རང་གིས་རང་མགོ་སྒྲོར་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་ཅིང་། དེང་སང་བརྟུང་བའི་རིགས་
མངར་པོ་སྤྱར་པོ་གང་དགོས་ཀྱང་རི་འདྲའི་ཞིམ་པོ་དག་འདུག་སྟེ། དེ་དག་གིས་ཁ་
ཨ་ཆོད་ལྟོས་ཤིག

གསུམ་པ་ནང་འབྲུག་ཞི་འཇགས་བྱ་བ།

དེང་སང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ན་མི་བདེ་བར་བྱེད་པའི་རྩ་བ་གཅིག་ནི་རྩ་ས་་་་
རྩོད་གླུང་གི་འཐབ་རྩོད་འདི་རེད། འཐབ་རྩོད་འདིས་ཁྱིམ་ཆང་དང་ཁྱིམ་ཆང་། ཆོ་
བ་དང་ཆོ་བ། ཡུལ་ཆོ་དང་ཡུལ་ཆོ། རྫོང་ཁག་དང་རྫོང་ཁག་ ཞིང་ཆེན་དང་ཞིང་
ཆེན་གྱི་བར་དུ་མི་གསོད་པ་དང་། རྒྱ་བརྒྱུག་པ་སོགས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐལ་སྤྱ་ཚོགས་
པ་བཟོ་དང་བཟོ་བཞིན་པ་ཡིན། འཐབ་རྩོད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱོད་རྒྱ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཙན་འདི་ལྟ་
བུ་གཞན་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག དེ་ལྟར་མི་བརྒྱུག་རྒྱ་བརྒྱུག་བྱས་པའི་མཚུག་འབྲས་
ལ་དོན་དེ་འབྲུབ་དང་འདི་གྲུབ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཆོ་འདིར་སྤྱོད་ལོམ་མེད་པ་ཞིག་
དང་། ཆོ་བྱི་མར་འགོ་ལོམ་མེད་པ་ཞིག་བྱེད། དེར་མ་ཟད་རྩོད་གླུང་འདི་ལ་བརྟེན་



ནས་ཉེས་པ་གཞན་ཡང་མང་པོ་འབྱུང་སྟེ། ཚོ་བ་གཉིས་ཚུངས་སྒྲིང་དུ་སྒྱུར་པ་ན།
 རྩོགས་གཉིས་ཀས་འབྲུག་ཚུངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་མེ་མདའ་མང་པོ་བྲ་སྒྲིག་བྱེད། ཚོང་པ་
 ཤེས་མེད་གྲང་ལོག་དག་གིས་གང་དུ་ཚུངས་སྒྲིང་ཡོད་ས་དེར་མེ་མདའ་མང་པོ་བྲིར་
 བས་སྒྲིག་འཛེང་བྱེད། དེའི་རིན་དུ་བྲིམ་ཕྱགས་ཀྱི་རྒྱ་ཆས་དང་། སྒོ་ཁའི་ནོར་
 བམས་ཅད་མེད་པར་བྱེད། མེ་མདའ་རེ་རའི་རིན་དུ་གཡག་ཉི་ཤུ་ཅུ་གངས་རེ་
 བསད་དེ་དེའི་ཤ་རིན་དང་ཁྲག་རིན་རྒྱམས་འཇུག། མེ་མདའ་དེས་མི་བསད་དེ་སྒྲར་
 བྲིམ་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་མི་སྟོང་དུ་བྱེད་ནས་བྲིམ་ཆང་མང་པོ་འཛོལ་བས་གཏན་
 བས་མེད་པར་སྒྱུར། ཁོན་འཛིན་གྱིས་ཉིན་མཚན་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་འབྲོག་བྱས་ཏེ། ཉམས་
 རྒྱུར་རྒྱམས་འཛིགས་སྒྲག་འབའ་ཞིག་གིས་དུས་འདུག། མཐར་ཐོད་ཀྱི་ནང་ཁུལ་དུ་
 མཐུན་སྒྲིལ་མེད་པའི་དབང་གིས་གང་ལའང་བསམ་སྟོལ་མི་མཉམ་པས་ནང་དུལ་དུ་
 འབྱུར་རོ།

ཆོལ་མའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལར་རྩོགས་ལ་མི་གཅིག་བསད་ཀྱང་རྒྱུར་རྩོགས་ཀྱི་
 དམག་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་མི་སྟོང་དེ་ཆ་ཆང་རེ་ཡོད་པས་དམག་དེར་སོང་ཆད་
 བམས་ཅད་རན་སོང་དུ་འགོ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དུ་འདི་མེད་བྱི་མེད་བྱས་ཏེ།
 འབྲུག་ཚུངས་ལུན་རིང་བྱས་ཀྱང་རྩོགས་གཅིག་རྒྱལ་ངེས་དང་རྩོགས་གཅིག་ལམ་ངེས་
 སུ་སོང་བ་ཞིག་གང་ནའང་མེད་དེ། མཐར་ཉི་ཡང་གྲོད་བཤད་དེ་ཨེ་འགྲིག་བལྟ་
 ཁུལ་བྱེད། དཔེར་ན། ཁམས་བྲག་མགོ་དང་གཙང་ཨོང་གི་ས་མཚམས་སུ་ཚུངས་
 བྱུང་ནས་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འབྲུག་པ་བྱས། མི་སུམ་ཅུ་ལྷག་ཅིག་གིར་གི
 འོན་ཀྱང་མཐར་འདི་ཐོབ་དང་དེ་འཐོབ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བར་ལུལ་མི་རྒྱམས་འབྲུག་སྟེ།
 གྲོད་བཤད་ནས་ཞི་འཇགས་སུ་བཏང་། དེས་ན་གྲོད་བཤད་ནས་ཞི་འཇགས་སུ་
 གཏོང་བྱ་ཞིག་ཡོད་ཕྱིན། མི་རྒྱ་མང་པོ་དེ་ཙམ་མ་བསད་པའི་གོང་རེལ་ནས་གྲོད་

བཤད་དེ་ཞི་འཇགས་སུ་ཅིང་མྱོང་མི་གཏོང་། དེས་ན་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལ། དེ་
 སྡོན་ཡུལ་གྱི་མང་པོར་ཚུད་སྐྱོང་འདི་ལྷོང་ནས་ཆོ་བ་དང་ཆོ་བའི་བར་སོགས་སུ་
 དམག་དངས་ནས་གི་རྣམས་མང་པོ་བྱས་ཀྱང་དེས་མ་ཞི་ནས། མཐར་ཡུལ་མི་རྣམས་
 གྱིས་རང་མོས་གྱིས་གྱོད་བཤད་པས་འདུམ་སྒྲིག་བྱས་ཤིང་། བྱེད་མ་ཐུབ་པ་གཅིག་
 ཀྱང་མི་འདུག གནས་ཚུལ་འདིའི་ཐོག་ནས་ལན་རྒྱུ་དམག་དངས་པས་འདི་ཕྱི་
 གཉིས་ཀར་མི་བདེ་བར་བྱེད་པ་ཙམ་ཞིག་ལས་དོན་གང་ཡང་མི་འགྲུབ་ཅིང་།
 གྲོལ་མོལ་བྱས་པ་ཉིད་གྱིས་དགོས་དོན་འགྲུབ་པ་ཡིན་པར་གསལ་བར་ཤེས་ནུས།
 དེས་ན་ཚུད་སྐྱོང་འདི་འཕྱར་བའི་མགོ་རྩམ་པ་ན། དང་པོ་ཉིད་ནས་ལན་རྒྱུ་གསོད་
 རྒྱ་རྒྱུང་བ་ལ་བསམ་སྟོ་མི་གཏོང་བར་འབྲལ་དུ་ཆོ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་བོའི་མི་རྣམས་
 རྣམས་འདུས་ནས་ཞི་བ་དང་གྲོས་མོལ་གྱི་ལམ་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཞི་འཇགས་སུ་
 གཏོང་དགོས། སྦྱིར་ཡང་ཁྱིམ་ཆང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཚུད་སྐྱོང་སྐྱོང་ཆོ་དེ་ཉིད་ཁྱིམ་
 ཆང་གཉིས་ཀྱི་དོན་དུ་བཅིས་ཏེ། སྤྱུ་མེ་སེན་གསོད་བྱེད་པ་ལས་དེ་ག་ཆོ་བ་གཉིས་
 ཀྱི་ཚུད་གཞིར་བརྒྱང་ནས་རེ་ཆེར་བཏང་སྟེ། ཡུགས་གཉིས་ཆར་གྱིས་དམག་ལུད་དེ་
 ཅི་བསམ་འདི་བསམ་མེད་པར་དམར་འཛིང་བྱེད་པ་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་ལྷན་པའི་སྦྱོད་
 པ་ཡི་སྤྱག་པའི་གནས་ཤིག་རེད། དེ་ཕྱིར་ས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་མགོ་དངོན་དང་སྤྱ་སྤྱུལ་
 སོགས་ཡིད་ཆེས་པའི་མི་རྣམས་བསྐྱས་ཏེ། ཚུད་སྐྱོང་འདི་སྡོན་འགོག་བྱེད་པའི་གྲ་
 སྒྲིག་གི་བྱ་བ་ཞིག་རེས་པར་དུ་བྱེད་དགོས་པར་འདུག དེ་ཡང་ཚུད་སྐྱོང་འདི་འཕྱར་
 ཉེ་བའི་ཡུལ་རྣམས་སུ་ས་ཚུད་འདུམ་འགོག་ཆོ་རྒྱུང་ཞེས་པའི་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་
 ཆོགས་པ་ཞིག་བཙུགས་ཏེ། ཆོགས་པ་དེས་སྤར་བྱང་ཟེན་པའི་ཚུད་སྐྱོང་རྣམས་
 འདུམ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱུ་དང་མ་བྱུང་བ་རྣམས་སྡོན་འགོག་ལེགས་པོ་བྱེད་རྒྱུའི་འགན་ཁུར་



ལ། བན་ཚུན་གྱི་ཚོ་བ་གཉིས་ཆར་གྱིས་དེའི་དག་ལ་མཉན་ཆུ་བྱས་ན། དེས་ངེས་
པར་དུ་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་སྟེ་མ་དུ་སེམས་སོ། །

དེས་ན་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་ཡུལ་དགོན་གྱི་མགོ་འཛིན་རྣམས་དང་ལས་བྱེད་པ་རྣམས་
གྱིས་སྦྱར་བ་ཉིད་དུ་འདི་ཕྱོགས་ལ་བྱ་བ་གྲུབ་འབྲས་ཅན་ཞིག་བསྐྱབ་རྒྱ་གལ་
ཆོལ། །

བཞི་པ་མཆོན་ཆ་རྒྱན་དུ་མི་འདོགས་རྒྱ།

དེང་སང་ཁམས་ཕྱོགས་སོགས་བོད་ཡུལ་དག་ཏུ་མེ་མདའ་རིང་ཐུང་ཅི་རིགས་པ་ལོ་
རེ་ལས་ལོ་རེ་རྗེ་མདའ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། སྤྱིས་པ་རྣམས་གྱིས་མི་རེས་གྱི་རིང་པོ་
རེ་སྐྱེད་ལ་བྱངས། མེ་མདའ་རེ་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱར་ཏེ། གྱི་དང་མེ་མདའ་ལ་རྒྱན་ཆ་བྱེད།
དེའི་དབང་གིས་མི་མང་པོ་ཆོ་འདིར་བཅོན་ཁང་དུ་སྟོད་པའམ་རི་མགོར་བྲོས་ཏེ་རི་
དཀའ་བཞིན་དུ་མི་ཆོ་སྤྱོད་པ་དང་། ཆོ་བྱི་མར་བན་སང་དུ་ལྟར་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་མི་
བཟང་པ་སྤང་དགོས་པར་གྱུར། མི་རིགས་གཞན་པ་ལ་མོ་ཆེ་ལ་མཆོན་ན། གྲོང་
ཁྱིམ་ཆེན་པོ་དག་ཏུ་མི་ས་ལ་འགའ་རེ་གནས་ནའང་དེ་རྣམས་གྱི་ཁྱོད་ན་མཆོན་ཆ་
མངོན་གསལ་དུ་ཐོགས་ཏེ་འགྲོ་བ་རང་རེ་བོད་ལྗ་ལུ་མཐོང་རྒྱ་ལེ་འདུག་ལྟས་གིག་
མཆོན་ཆ་ལ་རྒྱན་ཆ་བྱེད་པ་འདི་སྤྱོད་པོའི་སྟོལ་ངན་ཐ་ཆད་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ལུས་ན་
མཆོན་ཆ་ཡོད་ཕྱིན་དོན་ཞུན་ཕན་སུ་རེའི་ཕྱིར་དུའང་ཕན་ཚུན་གསོད་གཅོད་བྱེད།
གལ་ཏེ་མཆོན་ཆ་མེད་ན་འཛིང་ཚོད་ཅུང་ཟད་རེ་བྱུང་ཡང་དེས་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་མི་
འབྱུང་། དེས་ན་མཆོན་ཆ་ལུས་དང་འབྲལ་མེད་དུ་བཅངས་པ་འདིས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་
ཚོགས་ནང་ཁུལ་དུ་འགལ་སྤྱོད་གིན་ཏུ་ཆེན་པོ་བྱེད་པར་འདུག་པས་སྤང་ཐབས་ལ་
བརྩོན་དགོས། བཅ་ཞིག་མཆོན་ཆ་བག་མེད་དུ་འཆང་བའི་གང་ཟག་མཐོང་ཆོད་ལ་
མི་འོས་པ་དང་སྤྱོད་དུ་བལྟ་བའི་གོ་བ་ཞིག་བོད་མི་ཡོངས་ལ་ཆགས་སུ་བ་ན། དེ་

ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་འདིར་ད་ལྟ་བཞིན་རྟུག་མོད་གཅོད་འབང་ཞིག་གིས་རྟུས་
འདའ་མི་དགོས་པ་ཞིག་འོང་བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པས་གལ་ཆེའོ། །

ལྟ་བུ་གཙང་སྒྲུ་ལ་ནན་དན་བྱ་བ།

གཙང་སྒྲུ་འདི་དེར་གི་རྟུས་སུ་འཛམ་གྱིར་གི་སྒྲུ་པོ་ཡོངས་ཀྱིས་དོ་གལ་ཆེན་པོར་
བརྩི་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཅིང་། དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་གྱུ་མང་པོ་ཞིག་ན་གཙང་སྒྲུ་མི་བྱེད་
པ་དག་ལ་སྒྲུ་པོ་མ་རབས་དང་ལྷན་པོའི་རིགས་སུ་བརྩི་བར་མ་ཟད་ཆད་པ་ཆེན་པོ་
གཅོད་པའང་ཡོད། གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་དག་ན་མི་བྱེ་བ་མན་ཆད་གནས་ཀྱང་ཐམས་
ཅད་ལུས་དང་གོས་སོགས་ལ་དྲི་མས་མ་གོས་པ་གཙང་སེང་ཇེ་བ་དང་། ལམ་སྤིང་དང་།
གྲིང་ག་དང་། ཁང་བཟང་གི་ཕྱི་ནང་སོགས་གང་སར་ཡང་གཙང་ཞིང་གཙང་མར་
བྱས་ཏེ་ཤིན་རྒྱུ་ཉམས་དགའ་བར་ཡོད་དོ། །

རང་རེ་བོད་ལ་མ་ཆོན་ན་ཕྱིའི་གཙང་སྒྲུའི་ཐད་ནས་རྗེས་ལུས་ཁོ་ན་ཡིན། བོད་ཡུལ་
ན་གནས་པའི་མི་ཤིན་རྒྱུ་མང་པོས་ལུས་དང་གོས་ལ་དྲི་མས་བྱུང་གྱང་བསྐྱུ་བར་བྱ་
དགོས་སྒྲུང་ཅུ་ཡང་མི་འཆར། ས་ཕྱོགས་ནམས་སུ་གད་སྟླགས་གང་འདོད་རྟུ་འབོ།
གཤམ་གཅི་རང་དགར་འདོར་བས་མིའི་ལུས་དང་མི་མང་འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་ས་
ཕྱོགས་ནམས་སུ་དྲི་མི་ཞེས་པས་བྱུང་སྟེ་རང་གཞན་སུས་བལྟས་ན་འང་ཡིད་རྟུ་མི་
འོང་། དེའི་དབང་གིས་སྒྲུ་པོ་གཞན་མང་པོས་མཐོང་རྒྱུང་དང་བརྟན་ཐབས་བྱེད་
དོ། །གཙང་སྒྲུ་མི་བྱེད་པ་འདི་དོན་གནས་ཀྱི་སྒྲོན་ཆ་ཡིན་པས་གཞན་གྱིས་སྒྲོན་
ཅན་རྟུ་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་ལ་མི་འོས་པ་མེད། དེས་ན་རྟུས་རབས་གསར་བ་འདིའི་ནང་
རྟུ་བོད་ཀྱི་སེར་སྒྲུ་ཞན་གཞོན་པོ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གཙང་སྒྲུ་འདི་ལ་ཅི་མི་སྟུམ་རྟུ་
འཛོག་མི་རུང་སྟེ། རེས་པར་རྟུ་བསྐྱར་བཅོས་བལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་དགོས།



ཡུལ་ཕྱོགས་ཉུང་གས་གིག་ན་ལུས་ལ་དྲི་ཡོད་པ་ཡོན་ཏན་དུ་བརྩི་བ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་
 མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་ཕྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་ལུས་ལ་
 ལུས་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་ཐིག་པ་འདག་སྒྲུམ་པ་དང་བོད་འགའ་ཞིག་གིས་ལུས་ལ་
 ལུས་མ་བྱས་ན་བསོད་ནམས་གནས་སྒྲུམ་པ་འདི་གཉིས་ཀ་བསམ་ཚུལ་ཕྱོགས་འདྲ་
 ཡིན། རྒྱ་མཚན་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་མཉམ་ཡིན་པས་གཙང་སྒྲུམ་བྱས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་
 ཅི་ཡང་མེད། གཙང་སྒྲུམ་བྱས་ཕྱིན་དེའི་ཆ་ནས་འཛམ་གླིང་གི་སྡོན་ཐོན་མི་རིགས་
 ཀྱི་གྲལ་དུ་ཆུད་ཐབས་མེད། ཕྱིའི་གཙང་སྒྲུམ་འདི་བྱ་དགའ་བའང་མ་ཡིན་ལ། བྱས་
 བ་རིག་པ་དངས། སྤང་བ་སྟོ། ལུས་ཁམས་བདེ་བ་ཡིན་པས་དོན་ཡང་ཆེ། བད་གི་
 གཙང་སྒྲུམ་འབྱུ་སྒྲིན་སོགས་སྟོག་ཆགས་སྒྲུ་ཆོགས་ཁ་ཟས་སྒྲུ་མི་བྱེད་པ་སོགས་ལ་
 རབས་ཀྱི་སྟོད་བཟང་སྟོན་ནས་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་མི་ཉམས་པར་བྱ་ཕྱིར་འབད་
 དགོས་སོ། །

རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དམ་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་
 ལུས་དང་གོས་སོགས་གཙང་མ་བྱས་ཏེ་ཕྱི་གཙང་ནང་གཙང་ཞིག་མཛད་ན་དད་ལྡན་
 དང་བ་འདྲན་པའི་མིག་རྒྱན་དུ་འགོ་བས་བྱག་ལེན་དུ་ཐེབས་པ་གནང་དགོས་ཏེ།
 དགོ་འདུན་གྱི་སྡེ་དང་ཆོས་པ་ཞེས་པ་ཐ་ན་ལུས་ཀྱི་གཙང་སྒྲུམ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མི་ཤེས་
 པ། མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་མ་དད་པ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་མི་ལེགས་སོ། །གལ་ཏེ་
 བད་གི་གཙང་སྒྲུམ་བསམ་ཆོག་གི་ལུས་མི་གཙང་བ་འདི་ལ་ཕྱི་རོལ་གྱི་བྱི་དོར་བྱས་
 པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། བད་གི་གཙང་སྒྲུམ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན་མོད་ཀྱི། ཕྱིའི་གཙང་སྒྲུམ་འདི་འང་
 གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་ན་སྟོན་པས་དེའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱབ་པ་འཆའ་བར་ག་ལ་
 འཇུག། ལྷག་པར་དུ་དང་སངས་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ཀྱང་མི་བསྐྱབ་ཐབས་མེད་ཀྱི་བྱ་
 པ་ཡིན་ནོ། །

དུག་པ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱ་བ།

དེང་སང་གངས་ཅན་གྱི་ཨྲངས་འདིར་བྱིས་པ་དང་ན་གཞོན་སལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ཡིག་
 མོངས་ཁོན་ཡིན་པ་ཀུན་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ཡིན། རང་གི་ཡིག་འབྲི་སྒྲོག་ཅམ་
 ཡང་མི་ཤེས་ན་རིག་གནས་གཞན་མི་ཤེས་པ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་སྒྲོས་ཅི་དགོས། རིག་
 གནས་མེད་ན་དེང་སང་གི་དུས་འདིར་བྱ་བ་ཁྱད་པར་བ་གང་ཡང་སྒྲུབ་མི་རུས་ཏེ།
 ཆེ་ས་ནས་བཟོ་ཆོང་མོགས་འཛིག་རྟེན་པའི་བྱ་བ་དང་། སྒྲོབ་སྒྲོག་སོགས་འཛིག་
 རྟེན་ལས་འདས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་རིག་གནས་མེད་པས་མི་འགྲུབ་པ་དང་།
 རྒྱང་ས་ནས་ཡིག་ཐིན་དང་འགྲུམ་འགྲུལ། ཐ་ན་ཆོང་ཁང་དང་སྒྲན་ཁང་ནས་བྱ་བ་
 སྤུང་ཆོགས་ཤིག་བསྒྲུབ་པ་ཡན་ཆད་ལ་དཀའ་ཆོགས་ཆེན་པོ་འོང་བར་འདུག་པ་
 མངོན་སུམ་ཡིན་པས་མང་དུ་བཤད་ཅི་དགོས། དེས་ན་བོད་ཀྱི་སྤྱ་གུ་འདི་རྣམས་མ་
 འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་ཆོས་དང་འཛིག་རྟེན་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོ་ཡིན་ལ། འབྱུང་འགྲུར་
 བོད་ཀྱི་ལས་དབང་དེ་འདི་རྣམས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། གལ་ཏེ་འདི་
 རྣམས་མོངས་པ་ལྷགས་ལྟ་བུ་འབའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ན་བོད་ཀྱི་ཆོས་འཛིག་རྟེན་གཉིས་
 ཆར་ལ་འཕེལ་བྱས་དང་རྒྱན་འཛིན་ལེགས་པོ་འབྱུང་བའི་གོ་སྐབས་གཏན་ནས་མེད་
 པར་ངེས། དེ་བས་ན་ཇ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིས་པ་ཆོས་ར་རྗེ་ལྷག་རྗེ་ཅམ་གྱི་གོ་ཆོད་པ་
 བས་བཟུང་རང་གི་ཆོགས་ལེན་ཅམ་ལ་བསམས་ནས་དེ་ཁོན་ར་འབད་དུ་འཇུག་པ་
 བྱི་ངེས་པར་དུ་གསེར་ནག་གི་བྲེ་ཁར་མི་བལྟ་བར་རམ་ནག་གི་སྤལ་ཁར་བལྟ་ཟེར་
 བ་ལྟ་བུ་ཁོན་ཡིན་ཏེ། ར་ལྷག་འཆོ་རྗེ་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་བྱིས་པ་ཆོད་ཆོག་པའི་མཐུན་
 ལམ་བཟང་པོ་རྗེ་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱགས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །
 ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་བྱིས་པ་ཆོར་ག་ཆ་མདོག་གིས་སྒྲོབ་གྲུར་གཏོང་མི་བྱ་ལུ་



བྱེད་མོད། དེ་ཡང་བྱམས་སེམས་གོ་ལོག་ཏུ་སྒྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་གུ་རྣམས་ཀྱིས་
 ཡོན་ཏན་སྒྱུར་ནས་ནས་སོ་སོའི་མི་ཆོ་བ་ཟང་པོ་ཞིག་སྟེལ་བའི་གཞིག་བྱེད་པ་ལ་ག་ཆ་
 ཅི་དགོས། ག་ཆ་བྱེད་ན་བྱེད་རིན་ཆོག་པ་ནི་སྤྱག་གུ་ཆོར་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་སྒྱུར་ཏུ་
 མི་འཕྱག་པར་མི་བྱལ་ནས་སྒྱུར་སྟེ་སྤྱགས་གལ་ཏུ་བཅུག་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་
 བྱ་གཞག་གང་ཡང་བསྒྱུབ་མི་ཤེས་པར་ཆོ་གང་པོར་ལུང་སྤྱགས་ཤིག་ཏུ་རི་དྲགས་
 བཞིན་གནས་གནས་ཏེ་ཉིན་གཅིག་གི་ཡོངས་སྒྱུད་བཟང་པོ་ཙམ་ཡང་མ་ཟུང་བར་
 སྤྱིག་པའི་སྒྲུང་པོ་རི་རབ་ཙམ་ཐོགས་ཏེ་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བ་དེ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཡོན་ཏན་སྒྱུར་རྒྱུ་འདི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་གང་གི་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡིན་
 པས་པ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ང་རང་གི་སྤྱ་སྤྱག་ཡིན་པས་ཅི་བྱེད་དེད་ཀྱི་དབང་ལོས་ཡིན་
 བས་མས་པ་ཙམ་ཀྱིས་མི་ཆོག་པས་དེའི་ཆོ་གང་གི་མདུན་ལམ་ལ་ལེགས་པར་
 བས་མས་ནས་འགན་བྱུར་བར་བྱ་དགོས་སོ། །དེང་སང་སློབ་གྲྭ་སལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ན་
 སློབ་སྒྲུང་བྱེད་པའི་སློབ་མ་རྣམས་ནི་རྒྱ་རིགས་དང་། ལས་བྱེད་པའི་སྤྱ་སྤྱག་དག་
 ཡིན་གྱི་བོད་རིགས་གཤམ་མ་དང་ཁིང་འབྲོག་གི་དམངས་ཆོགས་ཀྱི་སྤྱ་སྤྱག་ནི་ཉུང་
 ཤོས་ཙམ་ལས་མེད། འདི་ལ་རྒྱ་སྤྱི་མང་པོ་ཡོད་མོད། རང་ཅག་གིས་སློབ་སྒྲུང་ལ་
 དོ་སྤང་མ་བྱས་པའི་ལན་པའང་ཡིན་པ་སློབ་མ་དགོས་སོ། །རང་རེའི་འབྲོག་སྤྱིགས་
 ཀྱི་སྤྱ་སྤྱ་འགའ་རེའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བཙོན་ཁང་ནས་བཙོན་པ་སྤྱི་བ་ལྟར་གཞན་ལ་
 ཤོག་སྒྲོར་བྱིན་ནས་རང་གི་སྤྱ་སྤྱག་རྣམས་སློབ་གྲྭར་འགྲོ་མི་དགོས་པའི་ཐབས་བྱེད།
 མི་རིགས་གཞན་དག་གིས་འབད་པ་ཆེན་པོས་སྒྲོར་མོ་བྱིན་ཏེ་སློབ་གྲྭར་གཉོང་ས་ཨེ་
 ཆེད་བརྟ་སྟེ། བས་མ་ཚུལ་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་དབྱེད་དང་རང་རེའི་བྱེད་ཚུལ་
 དེ་ནི་ཡི་སྤྱག་པའི་གནས་སུ་འདུག་གོ། །

སློབ་གྲྭའི་སློབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སློབ་གྲྭར་བྱིན་ནས་རང་ལྟས་གང་ཡོད་ཀྱིས་སློབ་

སྒྲིང་བྱ་རྒྱ་ལས་རྣམ་གཤམ་དང་བག་མེད་གྱི་སྒྲིང་པ་རན་པས་དུས་འདའ་བར་བྱས་
 ཏེ། དགོས་རྒྱའི་ཡོན་ཏན་དེ་མི་སྒྲིང་པར་མི་དགོས་རྒྱའི་དུད་ཆད་རྒྱ་གཡོ་སོགས་མ་
 རབས་གྱི་སྒྲིང་རན་ཡོད་ཀྱི་རྣམས་རྒྱན་བཞིན་དུ་བསྟེན་ནས་མཐར་གོ་ཅི་ཡང་མ་
 ཆོད་པར་རང་ཡུལ་དུ་ལོག་སྟེ། སྤར་ལྷགས་འཆོ་བ་ཙམ་ལ་རེ་ནས་ཡར་གྲལ་མར་
 གྲལ་གང་དུ་འང་མི་རུད་པར་རན་ངོན་གྱི་རང་དུ་མི་ཆོ་སྒྲེལ་བར་བྱེད་དགོས་པ་དེ་
 འདྲ་མི་བྱེད་པར་བརྩོན་པ་དྲག་པོ་བྱེད་དགོས། ཡང་སྤང་འབས་རུང་ཟད་བཟང་
 བའམ་མཐུན་རྒྱུན་འཛུམས་པ་རྣམས་གོང་ཁྲེན་ན་ཡོད་པའི་མཐོ་རིམ་སྒྲོབ་གྲུ་ལྟ་
 ཞིག་དུ་རྒྱགས་སྤང། མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་རུང་ཟད་རེ་ལ་གོ་བོས་ཙམ་
 བྱུང་ཅན། ཡ་མེས་གྱི་ཡུལ་སྒོལ་གོམ་གཤིས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིལ་གྱིས་བརྟེན།
 རང་རིགས་གྱི་རིག་གཞུང་མཛན་སྒྲིང་སྟེལ་བ་ལྟ་ཅི་དེ་དག་ལ་ཐན་ལྟར་དུ་བལྟས་
 བས་རྒྱ་མཚན་རྣམ་དག་སྤྱ་ཙམ་ཡང་སྤྱ་རྒྱ་མེད་བཞིན་དུ་ངོ་ཆ་བོར་བའི་འཆལ་
 གཏམ་སྤྱ་ཆོགས་གྱིས་མགོ་སྒྲོར་གཏོང་བ་དེ་འདྲ་གཏན་ནས་བྱེད་མི་རུང་། དེས་ན་
 བོད་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན་བོད་མི་རིགས་རང་གི་སྤར་ཡོད་གྱི་རིག་གཞུང་རྣམས་
 ལེགས་པར་སྤངས་ནས་མི་ཉམས་ཤིང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་བྱ་དགོས།
 དེའི་སྟེང་དུ་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་རིག་པའི་ལེགས་ཆ་རང་ལ་ཉེ་བར་མཐོ་བ་
 རྣམས་ཀྱང་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ཏེ་བེད་སྒྲིང་གཏོང་གིས་དགོས། དེ་དག་གིས་བྱི་
 དངོས་པོའི་འཆོ་བ་ཡར་རྒྱས་འོང་བ་ཡིན་ཏེ་མི་རིགས་རང་གི་འཆོ་བའི་རང་གཤིས་
 ཀྱང་མ་འགྱུར་ལ་ལོངས་སྟོན་ཕྱན་ཕྱུམ་ཆོགས་པའང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ།

བདུན་པ་རིག་པ་གསར་བ་ལ་སྒྲོབ་སྒྲིང་བྱ་རྒྱ།

རིག་པ་གསར་བའམ་ཆོན་རིག་འདི་ལ་སྒྱིར་ལེགས་པའི་ཆ་དང་ཉེས་པའི་ཆ་གཉིས་



ཀ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ལེགས་པའི་ཆ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཆོ་འདྲིའི་འཆོ་ཐབས་ལ་ཕན་པ་ཆེན་པོ་
 ཡོད་པའི་བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་ཤིག་ཆོགས་མེད་པར་བསྐྱབ་ཆོག་པ་དེ་ག་ཡིན་ཏེ། རྩོན་
 གྱི་དུས་སུ་ལོ་དང་རྒྱ་པའི་བར་དུ་མི་འགྲུབ་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ད་ལྟ་ལྟར་ཙམ་རེས་
 བདེ་སྲག་ཏུ་འགྲུབ་པ་དང་། རྩོན་གྱི་མི་སྦྱིར་བཏང་བ་རྣམས་ཀྱི་སློང་ར་གཏན་ནས་
 མི་གོང་བ་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟ་མི་དགུས་མ་དག་གི་འཆོ་བའི་ནང་ན་ཉེར་སྦྱོད་པ་ལ་བ་
 ཙམ་དུ་གྱུར་ནས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེར་མ་ཟད་དམ་པའི་ཆས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་མང་
 བཀོལ་སྦྱོད་མང་དུ་བྱ་བ་ཆུ་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

ཉེས་པའི་ཆ་ནི། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་བྱེད་པའི་ཆོན་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་
 རུལ་ཕན་གྱི་མཆོན་ཆ་དང་དུག་དང་རྩལ་འགྱུར་གྱི་མཆོན་ཆ་སྣ་ཆོགས་པ་བཟེས་
 པའི་དབང་གིས་སའི་གོ་ལ་ཕྱི་ལ་པོའི་སྒྲིབ་པོ་ཡོངས་རྫོགས་སུ་ག་བསལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་
 ཆེན་པོའི་ནང་དུ་འཕེན་པའི་མགོ་བཅུགས། བར་སྤང་དང་རྒྱངས་རིམ་དང་ས་གཞི་
 རྒྱ་མཆོ་དང་བཅས་པའི་ཁོར་ལུག་མ་ལུས་པ་འབག་བཅོག་གིས་གཏོར་བརྟག་བྱས་
 པས་རིམ་གྱིས་ས་སྤང་འདྲིའི་ཐོག་མི་རྣམས་འཆོ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱར་དང་
 སྐྱར་བཞེན་ཡོད་པ་དང་། རིག་པ་གསར་བ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིའི་དངོས་པོ་འབའ་
 ཞིག་འཕེལ་རྒྱས་སུ་བཏང་ནས་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་ཕུག་གི་བྱ་བ་
 མང་པོ་ཞིག་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་གཏིང་དུ་བཅུག་པས་སྦྱི་ཆོགས་ཕྱི་ལ་པོའི་མི་ཆོས་
 གཙང་མའི་སྒོལ་རྣམས་ཉམས་རྒྱད་ཆབས་ཆེན་དུ་གྱུར་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱ་སྦྱོད་
 རྣམས་ཤིན་ཏུ་ཡི་ཕུག་པའི་གནས་སུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུ་དག་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཆོན་རིག་གི་ལག་རྩལ་ལས་སྦྱོ་འགྲོའི་ལུས་སྒོག་ལ་གནོད་པ་བརྟོན་ལས་
 འདས་པ་བྱེད་པ་དང་ཁོར་ལུག་གཏོར་བརྟག་ཆབས་ཆེན་གཏོར་བ་སོགས་ཆོ་འདྲི་ཕྱི་
 གཉིས་ཀ་འཕྲང་བར་བྱེད་པ་དག་ནི་ཕན་པ་ལས་གནོད་པ་ཆེ་བས་འབྲལ་གྱི་ཁེ་

པན་ཐུན་བུ་ཙམ་ལ་མི་བརྟ་བར་མིག་རྒྱང་རིང་ཙམ་བྱས་ཏེ་དོར་བར་བྱ་ལ། དེ་འདྲ་
 མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་རྒྱུད་ས་ནས་ལག་ལེན་དུ་བཏབ་ན་འཇིག་རྟེན་ཆོ་འདིའི་འཆོ་བ་
 དར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་པན་པ་ལེགས་པོ་འབྱུང་བས་རྒྱུད་བར་བྱ་དགོས་སོ། །
 གྲོ་རྒྱ་རྒྱུད་པ་ཁ་ཅིག་གིས་ཆོན་རིག་དར་ན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་གནོད་སྐྱམ་དུ་སེམས་
 མོད། དེ་དག་གིས་དམ་པའི་ཆོས་དང་ཆོན་རིག་གཉིས་ཆར་གྱི་གཏིང་མ་དཔོག་པ་
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ན། སྦྱིར་འཇིག་རྟེན་ཆོ་འདི་རྒྱུ་པ་པའི་རིག་པ་སྐྱ་ཆོགས་པ་
 དར་བར་གྱུར་ན་མི་རྣམས་དེ་ལ་གཡེངས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་རྒྱུ་པའི་མེད་པར་མི་
 ཆོ་དོན་མེད་དུ་འཇོག་པར་འབྱུར་བ་ཙམ་ནི་བདེན་མོད། དེ་ནི་སྤྲུལ་དང་རྩིས་སོགས་
 ཐོན་གྱི་རིག་པ་རྣམས་ལ་འང་མཚུངས་ལ། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཆོན་རིག་ཇི་ལྟར་དར་
 ཡང་དེས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱག་པར་གནོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། བར་པའི་གཞུང་
 ལས་གསུངས་པའི་ཤིན་ཏུ་ལྷོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལས་རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་།
 སེམས་གྱི་གནད་གསང་བྱུང་བར་བ་དང་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པའི་ལམ་དུ་
 བགྲོད་རྒྱལ་སོགས་མདོར་ན་ལྟ་སྟོམ་སྟོན་པའི་གནད་གསང་བྱུང་བར་བ་རྣམས་ནི་
 ཆོན་རིག་གིས་རྒྱུ་པ་ཀྱང་མི་རྣམས་ལ་དགག་གྱུང་མི་རྣམས་པས་དེས་གནོད་དོན་ཅི་ཡང་
 མེད་ལ། རྒྱུད་ཐད་ལྷོག་གྱུར་གྱི་གནས་རྣམས་ནི་ཆོན་རིག་གི་རིགས་པ་ཇི་ལྟ་ཇི་
 ལྟར་དར་རྒྱས་སུ་བྱུང་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་རྣམས་ལྟར་པེར་གསལ་
 པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། ཕྱི་སྟོན་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་དབང་དུ་ན། རགས་པའི་ཆ་ནས་འཇིག་
 རྟེན་མཐའ་མེད་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་སྟོང་བ་ལ་རྟེན་
 མེད་པར་གནས་པ་དང་། སྤ་པའི་ཆ་ནས་རགས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཐུན་དུ་གནས་
 པ་དང་རྒྱལ་ཐུན་ཡང་དེ་ལས་རྒྱུད་པའི་རྒྱལ་སྤ་རབ་དུ་གནས་པ་དང་། དེ་རྣམས་



ལྷན་ཅིག་ཀྱང་མི་ཐོང་པར་སྒྲེ་འགག་གཡོ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གནས་པ་དང་།
 དུས་ཀྱི་རིང་ཐུང་དང་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་འདར་རྒྱ་སྒྲིབ་ཀྱིས་གཞན་དང་གཞན་
 ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། མཐར་གཞི་མེད་དུ་འདར་འགོ་བ། དེ་རྣམས་ཀྱང་མཐར་གཏུགས་
 བ་སེམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་པ་སོགས་དང་། བྱང་བཅུད་སེམས་ཅན་གྱི་དབང་དུ་ན།
 ལུས་ལ་སྤྱན་བུའི་རིགས་བརྒྱད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་གནས་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་ལུས་ལ་
 ཡན་གནོད་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་སེམས་ལ་ཡན་གནོད་བྱེད་ཚུལ་ལ་སོགས་ནི་
 གནམ་རིག་རྒྱང་གི་ལ་དང་ཤ་མཐོང་ཆེ་གི་ལ། གནའ་རབས་དངོས་ཁམས་དང་རྒྱ་
 ཡང་དོག་གི་ལྷོས་གྲུབ་སྒྲུབ། ཚད་རུལ་ལུས་ཤུགས་རིག་པ་བཅས་ཀྱིས་ལོ་སྤུམ་
 བརྒྱ་ལྷག་གི་རིང་ལ་འབད་བ་བྱས་ཏེ་གསལ་བར་གྱུར་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་དུང་
 བྱང་བའི་རིགས་པ་དེ་དག་གི་རྗེས་རི་བཞིན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཟིན་མེད་ན་གནོད་པ་ལྷ་ཅི་
 གྲོས། མངོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་རྣམས་ལས་རི་རབ་དང་གླིང་བཞི་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་
 འགའ་རེ་ཚན་རིག་པས་མཐོང་བ་དང་མི་མཐུན་མོད། དེ་ནི་ནང་པ་རང་གི་གསུང་
 རབ་རྣམས་ནང་ཡན་ཚུན་ཡང་མི་མཐུན་ལ། དེ་ལྟར་མི་མཐུན་པ་དུ་མ་གསུངས་
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ལོ་སྟོང་ཐུག་གི་སྟོན་ནས་ནང་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
 འགྲེལ་བཤད་ཡང་དག་པ་བྱས་ཟིན་པ་དང་། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལ་གོ་བ་ཤིན་ཏུ་
 ཟབ་མོ་བསྒྲུང་རྒྱ་ཡོད་པས་དེ་ལའང་གནོད་པ་མེད་པར་མ་ཟད་གོ་བ་ཟབ་མོ་དེ་ཚན་
 རིག་པ་སོགས་སུས་ཀྱང་མ་ཤེས་སོ། །

དེས་ན་ཚན་རིག་གི་རིག་པ་འདི་ཚོས་ལུགས་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་སྤྱིའི་ཐོག་ལ་གནོད་
 བྱེད་དུ་འགོ་དཀའ་ལ། རྩད་པར་དུ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཚོས་ནི་དད་པ་ཙམ་
 གཙོ་བོ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་གཙོ་བོ་བྱེད་པ་ཡིན་པས། རིགས་
 པ་ཡང་དག་གིས་མ་གྲུབ་ན་རང་གིས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པས་ལྷ་སྟོམ་ཐམས་ཅད་ལ་

རིགས་པ་ནམ་དག་མེད་པ་མེད། དེའི་དབང་གིས་ལྷ་སྒྲོམ་སྒྲོད་འབྲས་གང་ལའང་
 ཚན་རིག་གི་རིགས་པ་ཚམ་ལ་སྒྲག་དགོས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད། དེར་མ་ཟད་
 ཚན་རིག་གིས་རི་སྟེང་ཅིག་བཤད་པ་དེ་ནམས་མ་ལུས་པ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་
 རྟེན་འབྱུང་གི་རིགས་པས་གྱུར་ཐུང་དུ་བཏང་སྟེ་ལྷོ་པའི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་བཞག་
 པས་ཆོག་པ་ཡིན་ཏེ། ད་སྔོན་བྱུང་ཟིན་པའི་ཚན་རིག་གི་རྟེན་དོན་དག་གི་ནང་ན་
 ཆེས་ལུལ་དུ་བྱུང་པའི་རིག་པར་བགངས་པ་ནི་ལྷོས་གྲུབ་རིག་པ་དང་ཆད་དུལ་ནས་
 ལུགས་ཀྱི་རིག་པ་འདི་གཉིས་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀའང་ནང་པའི་གཞུང་གི་བརྗོད་བྱའི་
 ནང་དུ་བྲེ་མིག་ཏུ་ལུལ་བཞིན་དུ་འདུས་པ་ལས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བཀལ་མ་ནུས་ཏེ།
 དེ་དག་ནང་པས་སྐར་ནས་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཚན་རིག་ཞིབ་འཇུག་གི་གྲུབ་འབྲས་ད་སྔོན་བྱུང་ཟིན་པ་ནམས་དང་མ་འོང་
 པ་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར་པ་ལས་འབྲལ་མེད་ཀྱི་སྒྲོར་ནམས་ནི་འཛིག་རྟེན་གཞོད་
 མེད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྟེན་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
 པས་ཀྱང་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་དང་དང་ལྷན་ཅིག་
 རྩོད་ཀྱི། དེ་ནི་འཛིག་རྟེན་དང་མི་རྩོད་དེ། གང་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི་
 དས་ཀྱང་ཡོད་པར་བཞེད་དོ། །གང་འཛིག་རྟེན་ན་མེད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི་དཔང་མེད་
 པར་བཞེད་དོ། །ཞེས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་པས་ན་ང་ཆོས་དགག་པ་བྱ་
 དགོས་དོན་མེད་ལ། མངོན་སུམ་གྱི་རིགས་པ་འགོག་པའི་ངལ་བ་བྱེད་ཀྱང་མི་བྱེད་
 དོ། །

འོན་ཀྱང་དེས་གསུང་མཐོང་གི་གྲུབ་དོན་རི་འདྲའི་རོ་མཚར་བ་དག་ཀྱང་ནང་པའི་
 གྲུབ་མཐའ་བདེན་པ་གཉིས་དང་བདེན་པ་བཞི། གཞི་དང་ལམ་དང་འབྲས་སུ་



རྣམས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་ལ་ལྟོས་ན་གཏིང་མི་ཟབ་ཅིང་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྣམ་
 ཚུལ་ཙམ་ཞིག་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིན་པས་རིགས་པ་གཉིས་ཀྱི་གནས་སྐབས་
 དང་མཐར་ཐུག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་འགལ་མེད་དུ་འདོད་ལྟེ། ཚན་རིག་གི་རིགས་
 པས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རགས་པ་ཞིག་གི་ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ལ།
 ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེ་དག་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་གཏིང་ཟབ་པ་ཞིག་གིས་
 ཐོག་ནས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཚན་རིག་པས་བཅུ་པོ་འདི་རྣམས་སྟོག་
 རུལ་དང་རྒྱ་རུལ་དང་བར་རུལ་དང་ཆད་རུལ་སོགས་གཞི་རུལ་མང་པོ་དང་བྲོ་
 སོགས་ལས་གྲུབ་ཅིང་། རུལ་དེ་རྣམས་རེ་རེའི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་འདི་དང་འདི་ལྟ་
 སུ་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་ཕན་གཞོད་འདི་དང་འདི་ལྟ་སུ་དག་བྱེད་ཅིས་
 གཏན་ལ་འབེབ། ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མི་རྟག་པ་དང་རྟག་
 པས་ལ་བ་དང་སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་དང་། ཡང་དེ་
 རྣམས་ཡར་བལྟ་སར་བདེན་བདེན་ཡོད་ཡོད་ལྟ་སུའི་འབྲུལ་སྤང་དང་། གནས་ཚུལ་
 དངོས་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་དང་། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་
 དེ་དག་གིས་ན་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འདི་ལྟར་དུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་ལ།
 མ་གཤིས་ན་འཁོར་བའི་གནས་སུ་འདི་ལྟར་དུ་འཁོར་བར་འགྱུར་ཞེས་གཏན་ལ་
 འབེབ་པར་བྱེད། དངོས་པོ་གཅིག་པོ་དེ་ཚན་རིག་དང་ནང་པའི་འདོད་ཚུལ་དེ་
 གཉིས་ཀྱི་ལྟར་དུ་དོན་རང་ངོ་ནས་ཡིན་ཆོག་སྟེ། དེ་སྤྲུལ་ལ་འཇུག་པ་ལས།
 དངོས་ཀྱི་ཡང་དག་རྒྱུ་པར་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་
 པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་སུ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ན་གཅིག་མིན་
 དགོས་པའི་འགལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །

འོ་ན་འདོད་ཚུལ་གཉིས་ཅིའི་བྱིར་དུ་བྱུང་ཞེན། ཚན་རིག་པས་ཆོ་འདིའི་འཚོ་ཐབས་

ཅམ་ཞིག་སྐྱབ་པར་འདོད་ནས་དེའི་ཚུགས་སུ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱི་ནང་པས་སེམས་
 ཅན་ནམས་ཀྱི་སྒྲི་ག་ན་འཆིའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཅུང་ནས་གཅོད་པའི་ཕྱིར་དེའི་ཐབས་
 སྐྱག་ཏན་ལ་འབེབ་པའི་དབང་གིས་ཡིན་དེ། དཔེར་ན། གསེར་གྱི་དོང་ཙེ་གཅིག་ལ་
 སྐྱན་པ་ཞིག་དང་ཆོང་པ་ཞིག་སྟེ་མི་གཉིས་ཀྱིས་དུས་གཅིག་ལ་དཔྱོད་པ་ན། སྐྱན་
 པས་ནི་གསེར་འདིའི་རོ་བསྐྱ། ལྷ་རྩེས་བསིལ། ལུས་པས་ཆོ་རིང་བ་དང་དུག་སེལ་
 པར་བྱེད་པས་ནད་པ་ནམས་ལ་ཕན་འདོགས་ཅེས་སོགས་སེམས་པར་བྱེད། ཆོང་
 པས་ནི་གསེར་འདི་རིན་ཐང་ཆེ་བས་འདིས་ནོར་རྩེས་དེ་བསྐྱབས། དེས་ཡང་དེ་
 བསྐྱབས་པར་བྱས་ན་ང་རང་སྐྱག་པོར་འགྱུར་སོགས་སེམས་པར་བྱེད་ཀྱི་རོ་བསྐྱ་མི་
 བསྐྱ་སོགས་ཀྱི་རྟོག་དཔྱོད་མེད། དོན་ལ་གསེར་ནི་སྐྱན་ཡང་ཡིན་ལ་རིན་ཐང་ཆེ་
 བའང་ཡིན་པ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །

འོན་ཀྱང་ཆོན་རིག་གི་གྲུབ་དོན་ལའང་འབྱུང་བ་དང་མ་འབྱུང་བ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་
 དང་། ནང་བའི་བཀའ་ལའང་དྲང་དོན་དང་ངེས་དོན་གཉིས་ཀ་ཡོད་པས་ཞིབ་པར་
 བཞུགས་པ་ནི་གཉིས་ཀ་ལའང་གལ་ཆེའོ། །དེ་ལྟར་ཆོན་རིག་གིས་ནང་པའི་ལྷ་
 གྲུབ་ལ་མི་གཞོད་པར་མ་ཟད་དེ་འཛིན་སྦྱོང་སྒྲིལ་པའི་བྱ་བ་ལ་ཕན་པ་ཅི་རིགས་པ་
 ཡོད། འོན་ཀྱང་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་གཉིང་ཟབ་པ་དག་ནི་ཆོན་རིག་གི་རིགས་པས་
 བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་གཞལ་ཡང་ཤེས་ཐབས་མེད་དོ། །དེས་ན་ཁོ་པོ་ཅག་ལ་ནི་ཆོན་
 རིག་གིས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་གཞོད་སྒྲུམ་པའི་དོགས་པ་ཅུ་བ་ནས་མེད་དོ། །
 དེ་བཞིན་དུ་ཆོན་རིག་གི་རིགས་པ་ལའང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་སྤྱང་གོགས་སྐྱེ་བའི་
 བྱེད་ཐབས་སྟེ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་གོགས་འདི་མེད་ན་ཆོན་རིག་གིས་མི་རྣམས་ལ་
 འབྲུལ་དུ་འང་ཕན་འདོགས་དང་གཞོད་པ་གང་ཆེ་སུས་ཀྱང་དབྱེ་འབྱེད་བྱེད་མི་ཤེས་



ལ། རང་གིས་གནོད་པའི་ཚོགས་རབ་རྩ་མང་པོ་འབྱུང་བར་གཤམ་མེད་དོ།
 ཚུལ་འདི་ནི་ཚན་རིག་པ་ཆེས་ལུས་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་གྲང་ཁས་ལེན་ཏེ། ལྷོས་
 གྲུབ་རིག་པའི་སྤྱི་ལ་འབྱེད་པ་ཨོ་ལ་ཕྱི་ལ་ཐུ་ཨན་གི་ཐན་(Albert Einsein, 1879~1952 འཇུས་ཏི) ཚད་རྩལ་རྩལ་གྱིས་རིག་པའི་སྤྱི་ལ་འབྱེད་
 པའི་ཡ་གྲལ་ལུ་ལན་ཁུ་(Max Plank, 1858 ~ 1947 ཕ་ལ་ལ་ལ་) རྩལ་མེན་
 ཐོར་(Werner Karl Heisenberg, 1901~1976 མེས་ཐོར་) གནིས་
 དང་། གནིས་ཡང་ཕྱིན་མན་(Richard P. Feynman རྩལ་མེན་ 1918~
 1988) དབྱུང་གིན་ལུན་(杨振宁 1922~) རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་དང་ཚན་རིག་
 གནིས་ཆར་མའི་རིགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དགོས་མཁོ་དང་ལུན་པས་འཛིག་རྩལ་
 མཉམ་དུ་གནས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚན་རིག་གིས་འཛིག་རྩལ་བྱེད་པ་པོའི་ལྷ་
 ཡོད་པ་ལ་གནོད་པར་བྱེད་མི་རྩལ་ཞེས་སྒྲུས་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་རྣམས་ཐམས་ཅད་
 འཛམ་གྱི་སྤྱི་ལ་གནིས་རྩལ་ཡོད་ཅིང་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་ཚན་རིག་པ་
 དང་། རོ་མེར་དངོས་ཁམས་རིག་པའི་བྱ་དགའ་ཐོབ་པ་གསལ་ཡིན་ནོ།
 ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་ཉ་ཅང་ཐལ་ཆེས་ཏེ། ཚན་རིག་ལག་རྩལ་དར་བར་གྱུར་ན་དེས་མ་
 ཚོག་པ་གང་ཡང་མེད་པས། སྤྱི་ལ་ཚུན་གྱི་རིག་པ་སྤྱི་དང་བྱེད་གྲག་དམ་པའི་ཚོས་འདི་
 མི་དགོས་པར་མ་ཟད་རྩལ་ལུས་ཀྱི་པས་མ་པ་ཡིན་པས་འདོར་བར་བྱ་དགོས་ཞེས་
 ཟེར་བཞི། རང་གིས་ཚོས་དང་འཛིག་རྩལ་གནིས་ཀའི་ལུགས་མི་གེས་པའི་ནང་ཆ་
 གསལ་བར་སྤོན་པའི་སྤོང་བས་མ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཚན་རིག་ལག་རྩལ་ནི་
 ལྷ་དང་རྩལ་ལུན་སྤོང་ཚོགས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེས་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཆབ་
 རོང་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད་དེ། དེ་གནིས་ཀྱི་བྱེད་ལས་དང་ལག་རྩལ་ཐད་དུ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཚན་རིག་ལག་རྩལ་རབ་རྒྱུ་དར་བའི་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཆོས་
 ཡུགས་ལྷ་ཆོགས་པའང་གིན་རྒྱུ་དར་བའི་རྩལ་འདིས་ཀྱང་གསལ་བར་གྱེས་རྩལ་ལ།
 ཚན་རིག་ལ་སྒྲེ་ཆ་ན་འཆིའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གཞི་ནས་མེད་པར་བྱེད་པའི་རྩལ་པ་མེད་
 པར་མ་ཟད་གནས་སྐབས་ཆེ་འདིར་ནང་སེམས་ཀྱི་ཞི་བདེ་བྱུང་པར་བ་ཙམ་ཡང་
 རྒྱལ་བར་བྱེད་པའི་རྩལ་པ་ཡི་མེད་དོ། །དེའི་དབང་གིས་མི་གཞན་རྣམས་སུ་མ་ཟད་
 ཚན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་གིན་རྒྱུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་
 པའི་གནས་རྩལ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། རྩ་རན་སེའི་མ་རི་སི་ཚན་རིག་ཁང་
 དེ་ཕྱི་ལོ་༡༩༧༧ལ་མགོ་བརྩུགས་པ་ནས་བརྒྱུད་ལོ་ཉིས་བརྒྱའི་རིང་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་
 ཚན་རིག་པ་དགུ་བརྩུག་གཉིས་ཚན་རིག་ཁང་འདིའི་མི་སྣར་འདེམ་སྒྲོ་བྱས། མི་དེ་
 རྣམས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཡུགས་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་མི་བརྒྱ་དྲུག་གནམ་
 བདག་ཆོས་ཡུགས་པ་དང་། མི་བདུན་ཅུ་དོན་གཅིག་ཡི་བྱ་ཆོས་གསར་པ་དང་།
 གཞན་མི་ལྔ་པོ་ཡི་འཕེལ་བའི་ཆོས་པའམ་ཆོས་ཡུགས་ཅི་རིགས་པ་ལ་དང་བྱེད་མཁན་
 ཡིན། ཡང་དུས་རབས་འདས་མ་ཐག་པ་དེའི་ལོ་རབས་སུ་མ་ཅུ་པའི་ནང་དུ་དབྱིན་
 ཇིའི་གོང་མའི་ཚན་རིག་ཁང་གི་ཚན་རིག་པ་ཉིས་བརྒྱ་ལ་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་
 མེད་ཡིག་ཐོག་ནས་དྲི་བ་བྱས་ཏེ་བརྟགས་པས་བརྒྱུ་ཆ་བདུན་ཅུ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཡིད་
 ཆེས་ཡོད་ཅེས་བྲིས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཚན་རིག་ཁོ་ན་ལས་ཆོས་ཡུགས་མི་
 དགོས་ན་ཚན་རིག་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཚན་རིག་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་བསྟན་པས་
 ཆོག་མོད། ཆོས་རྒྱལ་དགོས་དོན་གལ་ཡོད། དེ་བས་ན་ཆོས་ཡུགས་སམ་དམ་པའི་
 ཆོས་ལས་གསུངས་པའི་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བརྩི་བྱུང་དང་བྱམས་སྟིང་རྟེ་དགའ་བ་



བཏང་སྟོམས་རྣམས་མེད་ཆོ་ཚན་རིག་ལག་རྩལ་རང་ཡང་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་
 འབྲོམ་རྒྱས་པར་མ་ཟད་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གནོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །
 དེས་ན་ཆོན་རིག་དང་བསམ་དམ་པའི་ཆོས་མེད་པར་མི་འགྱུར་པར་མ་ཟད་དམ་པའི་
 ཆོས་ནི་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་གྱི་མེད་དུ་མི་རུང་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་ཡིན་པ་འདྲི་ཞིབ་དུ་
 ཤེས་པར་བྱའོ། །རྒྱལ་འདི་ཡང་རྒྱབ་སྟོགས་གྱི་ཆོན་རིག་པ་ཁོང་ཅག་གིས་ཀྱང་འདྲི་
 བཞིན་འདོད་དེ། ཨ་མེ་རི་ཁའི་རབ་འབྱམས་པ་ལེ་ཉི་ Brian L. Weiss ན་ཟེ།
 ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཁ་ཤས་གྱི་རིང་ལ་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་གྱིས་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་
 རོན་དང་མི་མཐུན་པའི་ཡིད་ཆེས་བྱས་ཏེ། ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་འདི་ཁྱོད་ཡོངས་
 ཅས་འཁེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་རྗེས་སུ་མིའི་རིགས་གྱི་ནད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་བྱེད་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་མིའི་རིགས་དཔུ་ཤོད་གྱི་ནགས་ཁྲོད་སྐྱུག་པོ་ལས་
 ཐར་བར་བྱེད་པའི་ལམ་སྐྱོན་ནས་ནད་དང་དབུལ་པོར་དང་སྒྱོ་གཏུང་དང་སྐྱུག་
 བསྐྱེད་རྣམས་ལས་རྒྱང་རིང་དུ་འབྲལ་བར་བྱེད་དོ་སྙམ་དུ་བསམས་སོ། །
 འོན་ཀྱང་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་བརྟེན་པ་རྒྱང་བསམ་ནི་མིའི་རིགས་གྱི་གནད་དོན་
 ཐག་གཅོད་བྱ་མི་རྒྱས་པར་ང་ཆོས་ད་ལྟ་ཤེས་ཏེ། ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་བརྟེན་
 ཅས་བྱ་བ་བཟང་པོའང་བསྐྱབ་ཆོག་ལ་ངན་པའང་བསྐྱབ་ཆོག་གོ། །མཛེས་པ་དང་།
 ཤེས་རབ། འདྲ་མཉམ་གྱི་སྒོ་ཁོ་ནས་ཆོན་རིག་ལག་རྩལ་ལ་སྦྱད་ན། དག་དོད་ཆོན་
 རིག་ལག་རྩལ་གྱིས་ང་ཆོ་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་བྱེད། དེས་ན་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་
 ཡང་དག་སྒྲའི་འདྲ་མཉམ་གྱི་བསམ་པ་དེ་རྟེན་དགོས། བྱམས་པའི་སེམས་ནི་འདྲ་
 མཉམ་དེའི་རྩ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། ཆོན་རིག་པ་རྣམས་གྱི་གཙུག་རྒྱུན་ཨོལ་ཕྱིལ་སྤུ་
 ཨན་གྱི་ཐབས་Albert Einsein འཇིག་སྤུ གྱིས་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་དང་མི་ལྔ་
 པའི་ཆོན་རིག་ནི་ཞ་བོ་ཡིན། ཞེས་སྒྲུས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཚན་རིག་པ་གིན་ཏུ་མང་པོའི་ལྟ་ཚུལ་ནི། ཚན་རིག་གིས་ནི་དངོས་པོ་
 རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་རི་ལྟར་ཡིན་གཏན་ལ་འབེབས་བྱུང་གི། ཀྱན་སྒྲོང་དང་ཀྱན་སྒྲོང་
 ལེགས་ཉེས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་འབེབས་མི་བྱུང་། གལ་ཏེ་ཀྱན་སྒྲོང་དང་ཀྱན་
 སྒྲོང་ལེགས་ཉེས་ལ་ཚད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་མ་ཡོད་ན། མི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོང་པ་ཡ་མ་
 ཟུང་དུ་ཐུར་ནས་ཚད་གཟུང་ཅི་ཡང་མེད་ལ། དེ་ལྟར་མཐར་སྒྲི་ཚོགས་ཉིལ་པོ་
 འཆོལ་ཉོག་ཏུ་འབྱར་སྐྱམ་དུ་སེམས་སོ། །

དེས་ན་རུབ་བློགས་ཀྱི་ཚན་རིག་པ་དག་གིས་ཡེ་ཤུ་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལས་
 མངོན་སུམ་དང་འགལ་བའི་ཆ་རྣམས་ལ་དགག་བའང་བྱས་མོད། འོན་ཀྱང་ཚོས་
 ལུགས་དེ་སྒྲི་ཚོགས་ཐོག་ཡུན་དུ་གནས་པའི་རེ་འདུན་ཡང་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡེ་ཤུ་
 པའི་ཚོས་ལུགས་ལས་བཤད་པའི་འཇིག་རྟེན་བྱེད་པ་པོའི་ལྟ་ལའང་ཚན་རིག་གིས་
 མི་གཞོད་ཅིང་དེའི་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་གྲོགས་སུ་འབྱུར་བ་ཡིན་ན། ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་དམ་པའི་ཚོས་དེ་བས་ཀྱང་སྒྲོས་མ་དགོས་སོ། །འདི་སྒྲིར་གཞན་དུ་ཅུང་
 ཟེད་བཤད་ཅིང་འཆད་བས་འདིར་དེ་ཙམ་སོ། །

བརྒྱད་པ་རང་གི་སྒྲོལ་རྒྱན་གྱི་རིག་གནས་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱ་བ།

དེ་ལ་རིག་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་བྱུང་བའི་འཆོ་བ་དང་
 གནས་པའི་ཐབས་བྱེད་པར་བ་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་ལ་ཡུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མི་
 གཅིག་པ་སྐྱ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད། དེ་དག་ལས་འགའ་ཞིག་ནི་ཡུལ་དང་དུས་དེ་དག་
 བཤམ་པ་ན་རྩིས་མེད་དུ་འབྱུར། འགའ་ཞིག་ནི་ཡུལ་དང་དུས་རབ་ཏུ་མང་པོ་
 བཤམ་ཀྱང་ད་དུང་མི་རྣམས་ཀྱི་གིན་ཏུ་གཙུགས་ཆེན་བྱེད། དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་
 ནི་ཡུལ་དུས་དེའི་ནང་དུ་རིག་གནས་དེའི་མི་རྣམས་ལ་ཕན་འདོགས་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཀྱི་



ཁྱད་པར་དང་། ཡང་ན་དེ་ལས་བཟང་བའི་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་རིག་གནས་གཞན་
པ་དེའི་ཚབ་བྱེད་ཐུབ་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རིག་པའི་གནས་ཆེན་ལྔ་ལས། སྒྲ་རིག་པ་ནི་
མི་རིགས་འདིའི་ངོ་བོ་ནམ་གནས་ཀྱི་བར་དུ་མཁོ་གཤམ་ཆེ་ཞིང་སྐད་གཞན་གྱིས་.....
འདིའི་ཚབ་གྲུང་མི་འོང་། ཡེ་འོང་བལྟ་དགོས་དོན་ཡང་མེད་པས་སྐད་རིགས་གཞན་
པ་རྣམས་ཤེས་ན་ཁེ་ཕན་ཆེ་ཡང་ཅུ་བའི་སྐད་ཡིག་འདི་ཉིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ཐབས་
མེད། རང་རེའི་ཡི་གེ་འདི་སྐད་སྒྲ་ལ་མཐའ་ཆོད་པར་སྐད་རྒྱ་ཡོད་པས་རྒྱ་ནག་གི་ཡི་
གེ་སོགས་འདྲ་གཟུགས་ཡི་གེར་བྱས་པ་རྣམས་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པས་སྔོན་
སྔོན་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན། ཚེས་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིང་ཚིག་གང་ལ་འང་ཡི་གེ་རང་གི་ཆ་
ནས་མི་ལྡང་བ་མེད་དེ། དངོས་པོ་གསར་བ་དག་ལ་མིང་འདོགས་པ་ན་འང་ཡི་གེ་
གསར་སྒྲུབ་མི་དགོས་པར་བཀོལ་ཆོག་ཆོག་ཏུ་ཡོད། དངོས་པོ་གསར་བ་མིང་མ་
བོགས་པ་རྣམས་ལ་འདོད་རྒྱལ་ལམ་རྗེས་བྱུང་གང་རུང་གི་མིང་རེ་བཏགས་
ཏེ། དེ་ཉིད་སྐད་དུ་གྲགས་སྒྲ་བཅུག་པས་ཆོག་འདི་གཤམ་གྱིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་གཞན་དུ་རང་
རེའི་སྐད་ཡིག་དང་དེང་སང་གི་བརྗོད་བྱ་གཉིས་བར་ཐག་རྗེ་བས་རྗེ་རིང་དུ་སོང་
ནས་བོད་ཡིག་གིས་དངོས་པོ་དེ་རྣམས་བརྗོད་མི་ལུས་པ་ལྟ་བུ་འོང་ངོ་། །

དེས་ན་གཞུང་ངམ་སྒྲིལ་གང་རུང་གིས་འགོ་སྟོན་བཏང་སྟེ། བོད་རྒྱ་དབྱིན་གསུམ་
ཀྱི་ཐད་ནས་སྐད་ཡིག་ལ་ཆེད་སྦྱངས་ཀྱི་མཁས་པ་བསྟུས་ནས་དེང་སང་གི་དངོས་པོ་
གསར་བ་མིང་ཡོངས་སུ་མ་གྲགས་པ་རྣམས་ལ་བོད་ཡིག་གིས་མིང་འདོགས་རྒྱ་དང་
དེ་ཉིད་སྐད་དུ་གསར་ཤོག་དང་རྒྱང་ཕྱིན་སོགས་ཀྱི་བོག་ཏུ་བཀོལ་ཏེ་བྱུང་སྟེ་ལ་བྱ་
བ་དེ་ནི་ད་ལྟ་འབྲལ་དུ་མི་སྒྲུབ་ཐབས་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་བོད་ཀྱི་ཤེས་
ལན་རྣམས་ཀྱིས་གང་དགོས་ཐུགས་ལ་འཇོག་པར་མཛོད། ལར་བོད་དུ་བོད་ཡིག་

རྒྱུད་དགོས་པའི་བཤད་སྟོན་ཙམ་རེ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་གནད་གང་ཆེའི་ཐོག་ཏུ་ཅ་བ་
 བས་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་གྱིན་མེད་པ་རང་ཅག་ལ་མངོན་སུམ་པ་འདི་ག་རེད།
 གཞན་ཡང་དེང་སང་ལྷ་ས་དང་ཨ་མདོའི་ཁ་སྐད་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཉག་ཉོག་མང་པོ་
 དཔར་སྐྱོན་བྱེད་པ་འདི་ཡང་ཁེ་ལས་གྱོང་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་ངེས་ཏེ། དགེ་འདུན་ཆོས་
 འཕེལ་གྱི་ཞལ་ནས། དེ་མིན་དེང་སང་མཐའ་མི་འགའ་ཞིག་གིས། དཔུས་གྱི་སྤལ་
 སྐད། རྒྱ་དྲགས་གྱི་སྤལ་སྐད་སོགས་སྤང་བར་གང་དུན་གྱི་སྐད་མཛོད་དང་གླེགས་
 བམ་ལྟེན་པ་འདི་རིགས། བརྒྱ་ལ་དར་སྟོལ་ཆེ་རུ་སོང་ན། ལུལ་སོ་སོའི་སྤལ་སྐད་
 མི་འདྲ་བའི་རྒྱུན་གྱིས། བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་ཡང་དུམ་བུར་ཆད་དེ། བམ་ཞིག་ན་ལུལ་
 སོ་སོའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ཡན་ཚུན་བརྒྱ་མི་འཕྲོད་པ་ཞིག་འོང་ངེས་ལ། སྐད་ཡིག་སོ་
 སོར་བྱས་པས། བསམ་འབྱེད་དང་རྒྱུད་ལམ་སོགས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་སོང་སྟེ། མཐར་
 བོད་ཀྱི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ས་རྒྱ་བ་ཉིད་ནས་སེལ་བུར་འཐོར་བའི་རྒྱུན་དུ་འགོ་བ་
 ལགས། གལ་ཏེ་སྤལ་སྐད་གསར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་བོད་ལུལ་ཀྱན་ཏུ་དར་བའི་དབང་
 དུ་བྱས་ན་ཡང་། རང་ཅག་གིས་ཆོས་སྐད་དུ་བྲིས་པའི་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་ཀྱི་
 གཙུག་ལག་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུ་འདི་ཀྱན་རིམ་གྱིས་སུས་ཀྱང་མི་གོ་བའི་གླེགས་བམ་གྱི་
 ལུང་པོ་ཙམ་དུ་འགོ་ངེས་པས། རྟོལ་ངན་འདི་འདྲའི་ཐུགས་ལ་ཐམས་ཅད་གྱིས་
 བག་ཟོན་དགོས་པ་ལགས། ཞེས་གསུངས་པ་ཐུགས་ཤིན་ཏུ་མད་དེ། བོད་ལུལ་རྒྱ་
 ཆེ་བས་ལུལ་སྐད་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ལ་ཡོད་ཀྱང་གཙུག་ལག་ཏུ་བཀོལ་རྒྱུའི་ཡིག་
 སྐད་འདི་ཐུན་མོང་དུ་ཀྱན་གྱིས་ཤེས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བྱ་དགོས་ཏེ། འདི་ལ་དགེ་
 མཚན་ཤིན་ཏུ་མད་། རྒྱ་ནག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེང་སང་སྤྱི་སྐད་ཁྱབ་སྟེལ་དུ་
 གཏོང་བའི་བྱ་བ་འདི་ལ་གཞུང་ཐུགས་གྱིས་དོ་གལ་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཞིན་ཡོད་པས་



གྲོང་ཁྱིམ་དུ་ཕྱིན་པའི་མི་རྒྱུ་མས་ལས་རྒྱས་ལོགས་དག་མ་གཏོགས་གཞན་པ་ཀུན་གྱིས་སྤྱི་སྐད་མཉན་མི་ཤེས་པ་ལྟ་ཅི། སྤྱི་མི་ཤེས་པ་འདྲ་དགོན་པོ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་སྤྱི་སྐད་ཁྱེད་ཀྱི་ཤེད་ཀྱང་རང་སྐད་དངོས་གཙང་སྐད་རིགས་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་སྒྲིབ། བོད་ཡིག་གིས་བོད་ཡུལ་ནས་བརྗོད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རང་དབང་ཆ་ཚད་རྟེན་པའི་ཐབས་ལ་འབད་བ་བྱེད་པ་བཅས་ནི་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་སེམས་སོ། །

ཚད་མ་རིག་པ།

ཚད་མ་རིག་པ་འདིས་རང་རེ་རྒྱམས་ཀྱིས་མ་བརྟག་མ་དབྱུང་བར་ངའི་མིག་གིས་གཞུགས་མཐོང་ན་བས་སྒྲ་ཐོས་སོགས་རྒྱན་དུ་སེམས། འོན་ཀྱང་རི་ལྷ་ར་མཐོང་བ་ཡིན་ཐོས་པ་ཡིན་དེས་ཆེ་མིག་བགྱད་ཆེ་གཞུགས་མཐོང་ན་བགྱད་པ་ན་སྒྲ་ཐོས་པ་ལྷོས་ཡིན་སྐྱུ་པ་ཅམ་ལས་ཆེ་མི་ཤེས། སྤྱོད་པ་ཡུལ་གྱི་རང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་དེ་གཉིས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་དག་ཀྱང་གང་ཡིན་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་མོད། ཚད་མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ན་དེ་དག་ལེགས་པར་ཤེས་ལ། དེང་རབས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་རིག་པས་གཏན་ནས་འགྲན་མི་རུས་ཏེ། དེ་བས་ཞིབ་ཆ་ཆེ་ཞིང་གཏིང་ཟབ་པ་དང་ཁྱབ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར་ཏེ། རང་པས་སེམས་ཁམས་ཀྱི་རྒྱམ་གཞག་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཉམས་སྦྱོང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཁ་ནང་དུ་མུར་བཞིན་པའི་བྱ་རམ་གྱི་རོ་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེང་རབས་སེམས་ཁམས་པས་དྲུང་འགྲོ་རྒྱམས་ལ་མནར་གཅོད་སྒྲ་ཆོགས་པ་བྱེད་པ་དང་། བ་འཕྱང་བ་དང་། སྒྱོན་པའི་ཁག་ཅས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དེ། ལྷག་མའི་བྱི་རོལ་ནས་ལག་པས་ལྷག་ལྷག་བྱས་ཏེ། འདིའི་ནང་ན་འདི་ཡོད་ཅེས་སྒྲིམ་པ་དང་འདྲ་བས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་ཤིན་ཏུ་ཞན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རྗེས་དཔག་ཚད་མའི་ཚུལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ཤེས་ན་ལྟོགས་
 གྱུར་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་གཞལ་དགོས་ཀྱང་འབྲུལ་བ་མི་འབྲུང་བས་ལྟོགས་གྱུར་
 གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་མེད་པའི་ཐབས་མེད། ཚུལ་འདི་མ་ཤེས་པའི་དབང་གིས་
 དེར་སང་ཚམ་རིག་པ་དག་གིས་ཡིན་ཐག་བཅད་པ་མང་པོ་ཞིག་རང་ཉིད་ཀྱིས་མིན་
 ཐག་གཙོད་དགོས་བྱུང་། ལྷན་པར་དུ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལས་ལྟོག་པའི་ལྟོག་བྱུང་
 གཏན་ལ་འབེབས་མ་ཤེས་པས་ནོངས་པ་གིན་ཏུ་མང་། དེས་ན་རིགས་པ་འདི་
 རྣམས་མིའི་རིགས་ཀྱིས་རི་མིན་དུ་ཤེས་བྱ་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱ་དགོས་པ་དེ་མིན་དུ་
 མེད་ཐབས་མེད་དོ། །

བཟོ་རིག་པ།

བཟོ་རིག་ལག་ཅུལ་འདི་རྒྱུ་ཕྱོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོ་ལས་གསར་བརྗེའི་བྱ་བ་
 བརྒྱབས་པ་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་གིན་ཏུ་དར་བས་ཐོན་རྫས་སྣ་ཚོགས་པ་མང་
 མོད། རང་ཅག་ལ་སྤར་ནས་ཡོད་པའི་བཟོ་རིག་ལག་ཅུལ་རྣམས་ཀྱང་རང་རེའི་
 འཚོ་བ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཆེ་བས་མི་དགོས་པ་མིན་ནོ། །

གསོ་བ་རིག་པ།

བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་ལ་ཁྱད་ཚོས་མང་དུ་ཡོད་དེ། དང་པོ་སྤྲན་གྱི་ཤེབ་སྤྲར་གྱི་ཆེ་ན་
 ལྟོག་ཆགས་མང་པོ་ལ་ཚོད་བལྟའི་ཕྱིར་དུ་སྤྲག་བསྐྱལ་དག་པོས་མནར་གཙོད་དང་
 གསོད་པར་བྱེད་མི་དགོས་པ་དང་། འབྲུལ་ཆས་སྣ་ཚོགས་པ་མེད་ཀྱང་ཅའི་འཕར་
 ཚུལ་དང་ཚུའི་རྣམ་པ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་ཀྱི་འབྱུང་རྒྱུ་བདེ་སྤྲག་ཏུ་ངོས་འཛིན་
 སྤུལ་པ་དང་། ནད་གཅིག་ལ་ཕན་ཡང་གཞན་གཅིག་ཞར་ལ་སྤོང་བར་བྱེད་པའི་
 རྫས་སྦྱོར་མང་པོ་མེད་པ་དང་། ནད་ཀྱི་གཏིང་འཚོས་སྤུལ་པ་ཐོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་



ཨོ།

ནང་དོན་རིག་པ།

འདིར་ནང་དོན་རིག་པ་ལ་མཐོང་ཆེན་བྱ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། དང་པོ་ཆོ་འདིར་
རང་གཞན་ཐམས་ཅད་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི། དམ་པའི་ཆོས་འདི་ནི་སྦྱེ་
བོ་ནམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ལེགས་པའི་ལམ་དུ་སྦྱར་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་མད་དུ་
བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ཡན་པ་དང་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཏེ། མི་
ནམས་ཀྱི་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པའི་སྦྱིད་སྤྲུག་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་
ལ་རག་ལས་ཡོད། སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་མ་བཟང་ན་དེས་ལུས་དང་རག་ལ་བྱ་བ་མ་
རུངས་བ་ནམས་བྱེད་དུ་བརྩམས་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་འབྱུང་བར་བྱེད། སེམས་
ཀྱི་སྦྱོད་པ་ལེགས་ན་དེས་ཀྱང་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་ལུས་དང་རག་གིས་ཀྱང་བྱ་བ་བཟང་
པོ་དག་བསྐྱེད་ནས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན།
ས་སྟོང་སྤུས་ཀྱང་མི་མཐོང་ཞིང་མི་ཐོས་ལ། རྗེས་སུ་འང་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་
ན་ཀླན་མོ་ཀླས་འཁོགས་ཤིག་གི་ལག་ཏུ་ཤོག་སྒོར་འབྱུང་གཅིག་ཐོགས་ཏེ་འགོ་བ་
དེ། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱིང་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་གིས་མཐོང་ན་ཀླན་མོ་གསོད་རྒྱ་
དང་ཤོག་སྒོར་འཕྲོག་པ་ལྟ་ཅི། ཟློན་དེ་ལྟར་མ་བྱེད་གཞན་གྱིས་གསོད་པའམ་
འཕྲོག་ཏུ་འོང་ཞེས་སྒྲུས་ཏེ་འགོ་བ་ལས་གསོད་པ་དང་འཕྲོག་པ་ཡིད་ལའང་མི་
འཆར་ངེས་པ་ཡིན། དེའི་དབང་གིས་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་བར་འགྱུར། དེའི་
རྗེས་སུ་མི་གཞན་ཞིག་འོང་བ་དེ་ཆོ་ཕྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་རུང་བར་གྱུང་ཡིད་
མི་ཆེས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེས་ཀྱང་ཀླན་མོ་དེ་དང་ཤོག་སྒོར་དེ་མཐོང་ན་རི་ལྟར་
བྱེད་འོང་། ཉེས་ན་ཀླན་མོ་བསད་དེ་ཤོག་སྒོར་འཕྲོག་པའམ་ལེགས་ན་ཤོག་སྒོར་
འཕྲོག་སྟེ་འགོ་བས་ཤིན་ཏུ་ཆེ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་དེའི་དབང་གིས་འབྲལ་དུ་

གཞན་ལུང་མཐར་རང་ཡང་འཕྲང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་གཉིས་པོ་དེ་ལས་
 ལྷ་མ་དེ་འདྲ་པའི་མི་ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་མང་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་པདེ་ཞིང་
 སྤྱིད་པ་ཡིན། སྤྱི་མ་དེ་འདྲ་པའི་མི་ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་མང་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་སྤྱི་ཚོགས་ཤིལ་
 པོ་མི་བདེ་བ་ཡིན་པ་སྤྲས་ཀྱང་བསྟོན་དུ་མེད་པ་ཡིན་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་
 ལྟོས་དང་ཤེས་སྤྲ། དེས་མཚོན་ནས་དམ་པའི་ཚོས་འདི་ཚེ་ཕྱི་མར་མ་ཟད་ཆེ་འདིར་
 ཡང་སྤྱི་ཚོགས་མཐའ་དག་པདེ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་གཞི་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །
 གཉིས་པ་ཆེ་མཁུག་པདེ་སྤྱིད་ཀྱི་རང་དུ་སྤྱེལ་བ། གཞན་ཡང་ཆོས་ལ་དད་པ་མེད་པ་
 དག་གི་མི་ཆེ་ནི་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔུལ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ནོར་ཇུས་པངས་
 མེད་ཅིག་ཡོད་ན་དེ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མི་དགོས་སྟུང་སྟེ་གང་ལ་འང་མི་འཛེམ་པར་
 དེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་མི་ཆེ་ཡོངས་ཇོགས་སྤྱིད་འདོད་རང་ལ་སྟུག་གིས་ཟད་པར་བྱེད།
 ལུག་པོ་རྣམས་ནི་འཚོ་བའི་ཆ་ཀྱོན་ཇི་ལྟར་འབྱོར་ཡང་ཡིད་ཀྱི་བདེ་བ་སྟེར་མི་རུས་
 ཤིང་། སེམས་ཀྱི་ནང་ན་རེ་འདུན་གྱི་གཏད་སོ་ཅི་ཡང་མེད་པས་སེམས་སྟུགས་ནི་
 བྱང་ཐང་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་ཁོ་ནར་སོང་བས་ཤིན་ཏུ་སྟུག་བསྐལ་བ་དང་དོན་མེད་པ་
 ཡིན་ཏེ། མིག་སྟུན་གྱི་ཟས་གོས་སྟོགས་འདི་ཙམ་ལས་འཕྲོབ་རྒྱ་གཞན་མེད་པས་
 སལ་ཆེར་དུད་འགོ་དང་ཁྱད་པར་མེད། དེའི་ཕྱིར་ཁོང་ཚོས་ཀྱང་བསམ་སྒྲོ་བྱུང་ཟད་
 རེ་བཏང་བ་ན་དོན་དེ་ཕྱོགས་ཙམ་རེ་གོ་ནས་སེམས་ལ་འཛིགས་སྟུག་དང་སྟོ་སྟུན་
 དང་། རང་ཉིད་འཚོ་ཞིང་གནས་པ་ལ་མཐར་གཏྲགས་ན་སྤིང་བོ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟུང་
 པའི་ཐེ་ཚོམ་དང་། སྟུག་བསྐལ་དྲག་པོ་འོང་གིན་འདུག དེ་ལྟར་བསམ་གཞིགས་
 བྱས་པས་ཡི་ཆད་ནས་རང་སྟོག་གཅོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བོ་ཡོད། དེས་ན་མི་རྣམས་ཇི་
 སྤྱིད་དུ་ཟས་གོས་གཉིས་ལ་སེམས་ཁྲལ་དགོས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་ནི་དེ་གཉིས་ཚུལ་སྟུབ་



གྱི་པ་ལ་བས་རྒྱས་འདེལ་བ་ལས་གཞན་པའི་བསམ་གཞིགས་མང་པོ་བྱེད་ཡོང་ཆེར་
 མེད། ཉམ་ཞིག་ཟས་གོས་གཉིས་སོགས་ལ་སེམས་ཁུལ་བྱ་མི་དགོས་པར་གྱུར་པ་
 བ། དོན་འདི་རྣམས་ལ་སེམས་པར་བྱེད་པའི་མགོ་ཚུལ། དེའི་ཆོན་དམ་པའི་ཆོས་
 མི་གེས་པ་དག་ནི་དངོས་གནས་ཡིད་སྒྲིབ་པའི་གནས་སུ་འདུག་གོ། །འདི་འདྲའི་
 གནས་སྒྲུལ་དེ་དཔལ་འབྱོར་ཡར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གྲོང་ཁྱེར་རྣམས་སུ་རབ་
 ཏུ་མང་པོ་སྤང་། བྱེད་པར་དུ་ལོ་རྒྱུད་པའི་ཆོན་མགོ་ལྷུང་ཟེར་གིས་གང་བས་ཆེར་མི་
 ཆོར་ཡང་། ལོ་ན་རྒྱུད་ཟད་མཐོང་བའི་རྒྱས་སུ་ཆོར་བ་དེ་དག་རྗེ་བས་རྗེ་དྲག་ཏུ་འོང་
 རྟེ། ཐབས་གཞན་ནི་མི་རྒྱེད་པས་ཆོར་བ་དེ་དག་བརྗེད་ཨེ་ཐུབ་བཟ། དེ་བརྗེད་
 པའི་ཐབས་སུ་རྣམ་གཡེང་གི་བྱ་བ་སྒྲ་ཆོགས་བྱེད། རི་ཞིལ། ཉན་རྣམ་གཡེང་དེ་དག་
 ཉིད་ལའང་སྒྲོ་བ་སྒྲེས་ཏེ་རི་བྱ་མི་རྒྱེད་དེ་འཆི་རྒྱུ་ཁོ་ན་བསྒྲགས་ཏེ་འདུག་པ་ལས་
 གཞན་མེད་པས་སྦྱང་རྗེ་བའི་གནས་སོ། །

རྒྱལ་འདི་མ་འོང་པར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཚད་མཐོན་པར་སྒྲེབས་པ་ན་ནི་ཆེས་གིན་ཏུ་
 མང་པོ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་གོར་མ་ཆག་གོ། །དམ་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་
 རྣམས་ནི་ཆོ་མཇུག་ཏུ་སྤྲར་ཡང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་འདུན་པ་གསར་བ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་
 བརྩོན་པའི་སྦྱིང་སྦྱོབས་སྒྲེས། སྦྱིང་སྦྱོབས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་འཆོ་བའི་ཆ་གས་
 ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བས་རྟག་པར་སེམས་བདེ་འཕོལ་ལེ་བ་ཞིག་འབྱུང་། འཆི་བའི་
 རྒྱས་ནའང་སེམས་དགའ་བཞིན་དུ་འཆི་ཞིང་། གིན་ས་ཀྱང་བརྩོན་པ་དོན་དང་ལྡན་
 པར་གྱུར་ཏེ། རེ་འདུན་དང་འབད་བ་དེས་དེ་ནམ་ཡང་བསྐྱུ་བར་མི་འབྱུར་
 རོ། །དེས་ན་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱིས་མཇུག་མཐའི་རེ་སྒྲོས་འཆང་ས་ནི་དམ་པའི་
 ཆོས་ཁོ་ནར་འོང་སྟེ། དོན་འདི་མ་འོང་པ་ན་རྗེ་བས་རྗེ་གསལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ་
 བལྟས་པས་ཆོག་གོ།

གསུམ་པ་ཆེ་འདི་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྟེ་བ་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་ནས་བདེ་
 བར་འགོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱངས་ནས་དག་ཤིག་གི་སྤང་དོར་
 ཤེས་ཏེ། ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་ལ་བཏབས་པས་ཕྱི་མ་བདེ་ནས་བདེ་བར་འགོ་
 བའང་ཡིན། ཆོས་མ་ཤེས་ན་ཆེ་འདིའི་འཚོ་བའི་ཐབས་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་ལས་རན་པ་
 བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བསགས་ཏེ། ཆོ་ཕྱི་མར་གིན་དུ་ཡུན་རིང་པོར་སྟག་བསྟེན་ལ་མི་
 བཟད་པ་བྱུང་དགོས་པ་མང་པོ་འདུག་སྟེ། མི་རིགས་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་མི་
 འགའ་རེ་སྤྱིར་གཤིས་རྒྱུད་བཟང་ཞིང་ཡ་རབས་ལྟ་བུར་སྤང་ཡང་དུང་འགྲོའི་རིགས་
 གིན་དུ་མང་པོ་བསྟེན་ཅིང་གསོས་ཏེ་གཞན་རྣམས་ལ་གསོད་པའི་ཕྱིར་དུ་བཙོང་ནས་
 ཤོག་སྒོར་མང་དུ་ཐོབ་པ་དེས་ཁང་བ་དང་རྒྱངས་འཁོར་བཟང་པོ། བྱིས་དུ་ཡོ་བྱད་
 ཅ་ཆེན་དག་ཉེས། ལུང་ལུ་མོ་དག་ཕྱི་རྒྱལ་དུ་སྟོབ་སྟོབ་བྱེད་དུ་བཏང་སྟེ། གཟའ་
 མི་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟིད་གྱི་འཚོ་བ་ལ་རོལ་བར་རྫོམ་པ་མང་པོ་འདུག རང་རེའི་
 འབྲོག་ཕྱོགས་ན་མི་འགའ་རེ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་
 ཡིད་ཆེས་གྱིས་སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་ཀྱང་འཚོ་ཞེན་ཞན་པས་ཆོ་གང་པོ་ལྷང་
 ལུགས་དང་རི་ངོས་རྣམས་སུ་ཟད་ཅིང་། དུས་བཞིར་ཁ་ཆར་གྱིས་གདུང་སྟེ་མལ་ས་
 གླམ་པོ་ཙམ་ཡང་དགོན་པ། བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བྱོན་རྒྱ་མེད་པར་མགོ་ལྗོན་རྒྱང་ལྗོན་
 དང་གཅེར་བུར་འགོ་བ་འདི་དག་གོང་གི་དེ་དང་བསྟར་ན་སྤྱི་གཉིས་གྱི་འཚོ་བ་ལ་
 ལྟའི་ལོངས་སྟོད་དང་ཡི་དུགས་ལྟ་བུའི་བྱེད་པར་ཞིག་འདུག་ཀྱང་མིག་གྱུང་རིང་
 ཙམ་བྱས་ཆོ་ཕྱི་མའི་འཚོ་ཚུལ་འདི་དགའ་ངེས་ཏེ། ལྷ་མ་དེས་མི་ལོ་བརྩུ་ཐུག་འགའ་
 གས་སོང་བའི་རྗེས་སུ་རང་བྱས་རང་ལ་སྤྱིན་པའི་རྣམ་སྤྱིན་དེ་བཟང་ཆང་གང་པོ་
 དེས་མུང་དགོས་ངེས་པ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་དེ་ད་ལྟའི་འཚོ་ཚུལ་ཐབས་སྟག་ཀྱང་མི་ལོ་



བཅུ་ཕྱག་ལ་ཁྱེས་མོང་བའི་རྗེས་སུ་རབ་ན་དག་པའི་ཞིང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བའམ་དེ་ཙམ་
མིན་ཡང་ད་ལྟ་བུ་བས་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་ཞིག་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་ཐར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི། སེམས་
ཅན་གྱི་ཁམས་ན་གང་ཟག་ལ་ལ་ནི་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལ་སྦྱོ་སྟེ། རན་སོང་
གསུམ་དུ་མ་ཟད་ལྟ་དང་མིའི་འཆོ་བ་ལའང་དོན་ཅི་ཡང་མེད་པར་མཐོང་བས་
འཁོར་བ་འདི་ལས་ཐར་བའི་ཐར་བ་ཞིག་ཐོབ་ན་སྦྱུང་དུ་བསམས་ནས་དེ་དོན་དུ་
གཉེར་བ་དག་གྱང་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ལ་བསྐྱབས་པས་
འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་མཐའ་དག་ལས་ཐར་ནས་གཏན་གྱི་བདེ་བ་འཐོབ་པ་ཡིན་
ནོ། །

ལྔ་པ་མཐའ་ཡས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་པ་སྦྱབ་པའི་རྒྱ་
ཡིན་པ་ནི། ཡང་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་ནི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་བ་ཡིན་པས་རང་
དོན་ལ་བསམ་སྒྲོ་མི་གཏོང་བར་སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དོན་འབད་ཞིག་ཁྱར་
དུ་ཁྱེར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་བ་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་
འབད་བ་བྱེད་པ་ཡོད་ལ། དེ་དག་གིས་ཐབས་གཞན་གང་གིས་གྱང་སེམས་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་ལན་བདེ་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་བསྐྱབ་མི་བྱུང་བ་ཅིང་། དམ་པའི་ཆོས་འདི་ཁོ་
ནས་སྦྱབ་ཐུས་པ་ཡིན་ནོ། །

དུག་པ་འཛིག་རྟེན་གྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐྱིན་པ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ནི། བྱིའི་
འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དང་ནང་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་རྒྱལ་མཐར་
ཐུག་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་འདི་ཁོ་ནས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་
དུ་གཏན་ལ་དབབ་ཐུས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ལོ་སྟོང་ཕྱག་དུ་མའི་གོང་གི་རྟོག་གི་
རྣམས་ནས་ད་ལྟའི་ཆོན་རིག་པ་ཡན་ཆད་སུས་གྱང་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་སྟོན་བྱུང་མེད།

ཁྱད་པར་དུ་འང་རང་གི་ལུས་སེམས་འདི་གཉིས་གང་ནས་བྱུང་བ་དང་། ཇི་ལྟར་
 གནས་པ། གང་དུ་འགྲོ་བ་བཅས་རྩ་བ་ནས་ཤེས་མེད། དཔེར་ན། རྒྱངས་འཁོར་
 འདི་ལ་རྒྱང་བས་གཞོན་རྒྱ་དང་ལག་པས་བསྐྱོད་རྒྱ་འདི་དག་འདི་ལྟར་བྱས་ན་འགྲོ་
 བ་དང་སྟོད་པ་དང་མགྲོགས་པ་དང་དལ་བ་སོགས་འདི་ལྟར་བྱེད་འོང་བའི་རྒྱ་
 མཚན་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་གིང་ཁོ་ལོ་བསྐྱར་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་རྒྱངས་འཁོར་
 བསྐྱར་རྟེ་འགྲོ་བ་དང་འདྲ་སྟེ། རང་གིས་རང་ཉིད་ཅི་ཞིག་ཡིན་མི་ཤེས་སོ། བྲིའི་
 འཛིག་རྟེན་ལ་ཡང་སྒྲ་བ་དང་སྒྲར་མའི་སྟེང་དུ་བགྲོད་པ་སོགས་ཀྱིས་རྟོག་དཔྱད་
 གིན་རྒྱུ་མང་པོ་བྱས་ཀྱང་ད་ལྟའི་བར་དུ་རགས་རིམ་ཙམ་ཞིག་ལས་ཅི་ཡང་ཤེས་
 མེད། དེས་ན་དམ་པའི་ཆོས་འདི་མི་རྣམས་ལ་བསམ་པ་བཟང་པོ་བྱེད་ཐབས་ཀྱི་
 གྲོ་བ་གསོ་རྒྱུ་བ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་བྱའི་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་དུ་གཏན་ལ་
 ལབ་ཅིང་། ད་ལྟ་སྟེ་བོ་ཐ་མལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་
 བདེ་ལྷུང་དུ་བགྲོད་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཡང་དག་པ་སྟོན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་དྲངས་
 བཅུད་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་མཐར་ཐུག་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །
 དེ་དག་ཀྱང་རང་ཉིད་ནང་པའི་ཆོས་ལ་དད་འདུན་བྱེད་མཁན་ཞིག་ཡིན་པའི་རྒྱ་
 མཚན་ཀྱིས་ནང་པའི་ཆོས་འདི་བཟང་ཞེས་སྟོགས་རིས་བྱེད་པ་རྩ་བ་ནས་མིན་ཏེ།
 རང་ཅག་གིས་རིང་མོའི་དུས་ནས་མཁས་གིང་གྲུབ་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་
 དག་བསྟེན་ཏེ། བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལྟ་སྟེམ་སྟོད་འབྲས་རྣམས་སྟོབ་སྟོར་
 གཉིང་ཟབ་བྱས་བསམ་དམ་པའི་ཆོས་འདིས་བོད་མི་མང་གི་ད་ལྟའི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་
 འཛོ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་ཆེ་བྱི་མའི་བགྲོད་ལམ་རིང་མོ་བཅས་ལ་ཕན་འབྲས་རི་
 འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཚུལ་འཕྲིག་ཚུད་པ་ཙམ་བྱུང་། འཛམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་



ནམས་ཀྱི་ལྷ་སྤྱོད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཐོས། རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་གི་ངོ་བོ་དང་མཚུག་
 འབྲས་ཀྱང་ཐུན་ཚམ་ཤེས། རུས་རབས་ཀྱི་འཕེལ་ཕྱོགས་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བདེ་
 ལུག་དང་རྒྱུད་དག་ཀྱང་ཕྱོགས་ཚམ་རེ་མཐོང་ནས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚུག་
 སྒྲིམ་རྒྱུ་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་འདི་འགྱུར་བའི་རུས་དང་རྒྱུད་པའི་རུས་གང་གི་ཆོ་
 བཤང་དམ་པའི་ཆོས་འདི་དང་ཁ་འབྲལ་རྒྱུ་མི་རུང་ཞེས་འཇུག་བ་མེད་པའི་སྒྲིམ་ཆོག་
 ཏུ་བཞུགས་པ་ཡིན། ཁོ་བོ་ཅག་གསར་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་རྒྱུ་བལྟས་ནས་གང་གིས་
 ཀྱང་དགོས་པ་མེད་སྟུང་པའི་ཉམས་ལེན་པའི་གྲལ་རྒྱུ་འདྲེས་སྤྱོད་ཆོག་ལྟར་
 ཅེས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུབ་རྒྱུ་ཡིན་གྱིས་འདོར་དགོས་སྟུང་པའི་མགོ་སྟོང་བཅོས་སྦྱར་
 པར་ཁས་འཆེས་པའི་རྗེས་སུ་འདྲེས་སྤྱོད་ཆོག་འདོད་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་སྒྲིམ་ཆོག་ཏུ་བྱས་
 པའི་གཏམ་འདི་དག་ནི་མཁས་བླུན་སྤྱོད་ཞིག་གི་གདོང་རྒྱུ་བཤད་དགོས་ཀྱང་རྒྱ་
 མཚན་ཅུང་ཟད་རེ་ཡོད་ཀྱིས་ཡིན་པས་དགོས་པ་སྒྲུབ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་པར་ལྟར་ན་སྤྱར་
 ཡང་འཕེལ་བར་བྱའོ།

དེ་ལྟར་དམ་པའི་ཆོས་འདི་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཇི་སྟེན་རྒྱ་གནས་པ་དེ་སྟེན་རྒྱ་
 གནས་སྒྲུབ་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་མེད་རྒྱུ་མི་རུང་བ་
 ཞིག་ཡིན་པས་ནམ་ཡང་མེད་ཐབས་མེད། མིའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཚོ་བ་ཞེས་
 བྱ་འདི་ནི་གོག་སྟོར་དང་གསེར་དདུལ་རྒྱུད་བས་འབྲུབ་ཐབས་གཏན་ནས་མེད་དེ།
 རྒྱལ་འདི་མ་འོངས་པར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཚོ་བ་ཇི་ལྟར་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་
 གསལ་པོར་ཤེས་ནས་འོང་། ལྷོ་མི་ལྟོགས་པ་དང་རྒྱུ་བམི་འབྲུགས་པ་ཚམ་གྱིས་
 ཆོག་པར་འཛིན་པ་ནི་རྒྱུད་འགྲོ་རྒྱུ་ཀྱི་སྤྱུགས་འདུན་ཚམ་ཞིག་ཡིན་གྱི་མིའི་
 སྤྱུགས་འདུན་མ་ཡིན་ལ། གོག་སྟོར་དང་གསེར་དདུལ་སྤྱུགས་ཡོད་ན་དེ་ལས་
 གཞན་གང་གིས་ཀྱང་དགོས་པ་མེད་སྟུང་པ་འདི་ནི་མིག་རྒྱུད་ལ་མཐོ་གང་ལས་མེད་

པའི་སྤང་པོ་དག་གི་བསམ་སྒོ་གཏོང་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་གནས་པ་འདི་འང་
ལེགས་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །

དགྲ་པ་དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་བྱམས་དང་སྙིང་རྩེ་བྱ་བ།

དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་བྱམས་དང་སྙིང་རྩེ་བྱ་བ་འདི་ནི་སྐབས་འདིར་ལྷག་པར་རུལ་དུ་
བཏོན་ནས་བརྗོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ཞེན། དེད་དུས་སུ་
བོད་རྣམས་སྒྱུས་པ་བཞིན་དུ་ཟོག་ལྷག་སྐགས་དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་སྐྱག་བསྐལ་དཔེ་
མེད་པ་གཏོད་ཅིང། དེ་ཡང་དུད་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐལ་འདི་དག་ལོ་རེ་བས་ལོ་རེ་སྤང་
མེད་ལ་རེ་འཛོག་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནས་ཚུལ་གིན་དུ་ཡི་སྐྱག་པ་ཞིག་དར་བྱལ་དུ་
འཁྱར་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་དུད་འགྲོ་རྣམས་ལ་མི་འཚམས་པའི་སྐྱག་བསྐལ་འདི་འདྲ་མཉམ་དུ་འཇུག་པ་ནི་
གིན་དུ་མི་འོས་ཏེ། དུད་འགྲོ་འདི་རྣམས་ལ་བདེ་སྐྱག་གི་ཚར་བ་ནི་རང་ཅག་དང་
འདྲ་བར་ཡོད། བདེ་བ་འདོད་སྐྱག་བསྐལ་མི་འདོད་པ་འང་རང་རེ་རྣམས་དང་འདྲ་
མཉམ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། འདི་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་སྐྱག་བསྐལ་མཉམ་ན་དགའ་མཁན་ནམ་
བདེ་སྐྱག་གང་མཉམ་བྱུང་པར་མེད་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ཙམ་ཞིག་རང་ཅག་
སྐས་ཀྱང་མིག་གིས་བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་གསལ་བོར་ཤེས་བྱུང། དེ་ལྟ་ན་རང་
རེ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ཁྱེ་ལ་སྤོ་བ་ཞིམ་པོ་རྩུང་ཟད་རྩུང་བ་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་གཞན་
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འདྲའི་སྐྱག་བསྐལ་གཏོད་པ་འདི་འོས་སམ་མི་འོས་རང་གི་
ལུས་སེམས་ལ་དཔེ་ལོངས་ལ་བསམ་སྒོ་ཐོངས་དང་དག་ཟོད་གོ་རྒྱ་ཡོད། གལ་ཏེ་
དགོ་སྒྲིག་གི་ལས་འབྲས་གཏན་ནས་ཁས་མི་ལེན་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་བསམ་སྒོ་རྩུང་
ཟད་གཏོང་ཤེས་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཞིབ་དུ་བསམས་ན་བྱ་བ་འདི་གཏུག་རྩུབ་གྱི་



སྤྱིད་པ་མ་རུངས་པ་དང་མི་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ནི་མི་ཤེས་པ་ག་ལ་སྤྱིད། དེས་ན་
 རང་ལ་དཀའ་ངལ་རྩི་འདྲ་ཞིག་ཡིད་ཀྱང་རུང་སྟེ་གཞན་གྱི་སྟོག་བཅད་ནས་རང་
 ཉིད་སྤྱིད་ཐབས་བྱེད་པ་འདི་ནི་འཆོ་བ་ཡར་རྒྱས་དང་དཔལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དུ་
 གཏོང་ཐབས་སྟོགས་མིང་སྟན་པོ་རྩི་འདྲ་ཞིག་བཏགས་ཀྱང་རུང་སྟེ། དོན་གྱི་སྟོག་
 བས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་བྱུག་དང་མཆི་མ་དང་ཆོ་སྟོག་གི་རིན་དུ་རང་ཉིད་སྤྱིད་
 བོར་འཆོ་བ་དང་། རང་གི་བདེ་བའི་བྱིར་དུ་གཞན་གྱི་བདེ་ཆོར་ལ་སྦྲང་མེད་དུ་རྟོག་
 བརྩི་བྱེད་པ། རང་གི་དཀའ་ངལ་སྤོང་བུ་བསལ་བའི་བྱིར་དུ་གཞན་གྱི་ལུས་སྟོག་གི་
 རྒྱལ་བསྐལ་ལ་ཅི་མི་སྦྲུམ་པ་སྟེ། བསམ་ཚུལ་འདི་རྣམས་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་
 རོར་འབྱུལ་གྱི་བསམ་པ། སྤང་གྲོལ་གྱི་བསམ་པ། བཅོན་དབང་གི་བསམ་པ། དམ་
 རྟོན་གྱི་བསམ་པ། འདྲེ་གདོན་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་ཡིན་པས་བསམ་པ་བན་པ་འདི་ལྟ་
 བུ་རྣམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བའི་གཏམ་དག་ནི་སྟོན་ཀྱང་རྣ་བ་དག་པ་
 དགོས། འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་གདུག་རྩུབ་ཀྱི་
 སྤྱིད་པས་འཆོ་ཐབས་བྱེད་པ་ནི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་འཆོ་བ་གིན་དུ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་
 རྟེ། ཟས་ཁམ་རེ་དང་གོས་ལིང་པོ་རེའི་རྩ་བ་ན་འང་སེམས་ཅན་མང་པོའི་རྒྱལ་
 བསྐལ་གྱི་དུ་སྒྲུ་དྲིར་རེ་ཡོད་པས་གདུག་རྩུབ་དང་ཏམ་སྤྱིད་དེ་འདྲ་བས་འཛིག་རྟེན་
 དུ་འཆོ་བ་ལས་ནི་བྱམས་བཅེ་དྲང་བདེན་གྱི་བྱིར་དུ་གི་བར་གྱུར་པ་དགའ་ངེས་
 ལོ། །

ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་འཛིག་རྟེན་མིའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྟོག་
 གཅོད་པ་ཁོ་ན་མིན་ཡང་འཆོ་ཐབས་གཞན་རེ་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ན་རྩ་བ་ནས་མི་
 འོང་བ་ནི་ག་ལ་སྤྱིད། གཞན་ཡང་སྟོག་མ་བཅད་ན་དཀའ་ངལ་རུང་ཟད་རེ་ཡོད་
 བའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་ལུས་སྟོག་དང་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་བྱིར་དུ་

རང་གིས་དཀའ་ངལ་དང་གྱོད་རྒྱུད་ཕྱན་པུ་དང་ལེན་བྱས་པ་ལ་མི་འོས་པ་དང་མི་རི་
 བ་ཅི་ཡང་མེད་མོད། ལར་དེང་སང་ཟོག་ལྷག་སོགས་བཤས་རར་འབེབས་པ་འདི་
 དག་ཟ་རྒྱ་དང་གྱོད་རྒྱ་མི་རྟེན་ནས་བྱེད་པ་གིན་ཏུ་ཉུང་ལ། ལལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གསུ་
 བྱར་སོགས་པེད་མེད་ཀྱི་དྲིའི་རིགས་མང་པོ་དང་། སྤར་བཤད་པའི་པེད་མེད་ཀྱི་
 གཅན་གཟན་གྱི་ལྷགས་པ་མང་པོ་དང་། སྤར་རྒྱུད་ཀྱི་གཞི་མ་མེ་མདའ་སོགས་
 མཆོན་ཆད་ག་དང་། ཁེ་ལས་གྱོད་ཆེ་པའི་འབྲུལ་ཆས་རྟིང་རྒྱལ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་བྱིར་
 ཏུ་རེད། རང་གི་སྒོ་སྤྲུགས་རྣམས་ནི་རང་ལ་དྲིན་གིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། མཛོད་དང་གཡག་
 རྣམས་ལ་རོང་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་ཞིང་མོས་ཏེ། ས་འོག་དང་ས་སྟེང་གི་
 རྩོག་ཆགས་མང་པོ་གསོད་པའི་སྤྲིག་པ་གསོག་ཏུ་འཇུག་ ཡང་དབྱིད་དུས་སུ་ལུང་
 སྒྲེལ། རྟོན་དུས་སྟོན་སོག་བཀལ། རོང་འབྲོག་སུ་ཡིན་ཡང་རྒྱན་དུ་དལ་ཁོམ་དུ་
 རྟོད་ལོང་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་ལ་དགོས་ཆེ་རང་གིས་ཁལ་འགེལ། མི་དགོས་པའི་
 ཆེན་གཞན་ལ་གཡལ་ཏེ། བཀོལ་སྟོད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དབག་ཏུ་མེད་པ་མྱོང་དུ་
 འཇུག་ ཀླས་ནས་ཁལ་མི་ཐེག་པར་མ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ཁྱིམ་གང་པོའི་གཡོག་ཏུ་
 བཀོལ། འབྲི་དང་མཛོམ་རྣམས་ཀྱིས་ཆེ་གང་པོར་ཞོ་དང་འོ་མ་མར་རྒྱར་རྣམས་
 ཀྱིས་གསོས། ཟོག་ལྷག་གང་ཡིན་ཡང་ལུས་ལ་སྒྲེས་པའི་སྤྱ་དང་ཐ་ན་ཉྱི་བ་དང་
 རིལ་མ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་མི་རྣམས་ལ་མ་གཤིའི་བར་དུ་རྩེར་ལ་ཡན་ཁོ་ན་བཏགས།
 གཞོད་ནི་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་སྒྲེལ་མ་མྱོང་། མི་རྣམས་ཀྱིས་པར་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་
 བན་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མ་བཏགས། གཞོད་པ་ཁོ་ན་བྱས། ཐ་མའི་དུས་སུ་རྣམས་གིང་
 འཁོགས་པར་གྱུར་པའམ་རྣམས་སྟོན་ཆེན་པོ་ཐེབས་པ་ལྟ་བུའི་ཆེན་རང་བཞིན་གྱིས་
 འཆི་དབང་ཡང་མེད་པར་མཆུ་བསྐྱེད་ནས་གསོད། མི་རྣམས་ཀྱིས་སྒོ་སྤྲུགས་ལ་



མནར་གཅོད་གཏོང་བ་འདི་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ནི་དགྲ་ལག་དམར་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་
 བྱ་ཐབས་མེད་སྟུང་སྟེ། ཆོ་གང་པོར་གྲུ་མེད་གྱི་གཡོག་ཏུ་བཀོལ་ནས་མཐར་འཇུག་
 གསོད་བྱེད་པ་ལས་ལྷག་པ་ཅི་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡོད། དེས་ན་རང་རེ་ཆང་མ་བསམ་སྟོ་
 གཏོང་གིས་མཁན་གྱི་མི་རེད། མིའི་ནང་ནས་ཆོས་པ་ཡིན་པར་ཁས་འཆེ་བ་ཡིན་
 པ་སེམས་སྟོ་ཞིབ་མོ་ཞིག་བཏང་སྟེ། སློ་སྒྲུག་ས་འདི་རྣམས་ཀྱང་གཤམ་གྱིས་ཐུབ་
 པའི་ལུས་ཅན། བདེ་སྒྲུག་གི་ཆོར་བ་དང་ལུན་པ། དགའ་སྦྱོར་འཇིགས་སྒྲུག་གི་
 བསམ་པ་དང་བཅས་པ། གསོན་ལ་རེ་ཞིང་གི་འཆོར་མཁན་གྱི་སྒྲུག་ཡིན་པ་མ་
 གཏོགས། སའམ་རྫོང་མ་འབྱུང་གིས་དང་ཆོད་མ་འབྱུང་གི་མ་ཡིན་པས་ཅི་མི་སྟུང་དུ་
 སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་སྦྱོར་རྒྱུ་འདི་གཏན་ནས་མི་འོས། དེས་ན་མ་མཐའ་ཡང་ཆོལ་མཐར་
 རང་དབང་གིས་འཆི་ཆོག་པའི་གནང་བ་ཞིག་སྦྱིན་རྒྱུ་ཅིས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་མི་ཆུང་བ་

ལུ།

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ན། མེས་ཅན་འདི་རྣམས་རང་རེ་རྣམས་ཀྱི་
 བ་མ་ནི་ཡིན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་རྩ་བ་ནས་མེད། རང་རེའི་བ་མ་རྣམས་ལ་ཐར་བ་འཐོབ་
 པ་དང་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་འགྲོ་བ་དང་མི་ལུས་འཐོབ་པའི་དགེ་རྩ་ནི་མེད།
 དཔུལ་བའི་གནས་སུ་འདྲེ་ཞིག་མ་སྟེས། རང་གི་སྟོན་གྱི་ས་ཕྱོགས་དང་ལུ་སྒྲུག་
 འོར་ཁྲ་སོགས་ལ་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱར་ཡང་འདི་གར་སྟེས་པ་རང་རེ་
 རྣམས་ཀྱིས་ངོ་མ་གསེལ་པ་ཅུང་ཞིག་ཡིན། དེས་ན་སློ་སྒྲུག་ས་རྣམས་རང་གིས་རན་
 གསོད་བྱེད་པ་དང་བཤས་ཆོང་བྱེད་པ་འདི་དོན་གྱིས་རང་གི་བ་མ་རྣམས་རན་གསོད་
 བྱེད་པ་དང་བཤས་ཆོང་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་བྱ་བ་འདིས་ད་ལྟ་སློ་སྒྲུག་ས་རྣམས་ལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ལ། མ་འོངས་་་་
 བ་ན་རང་ཉིད་འཕུང་བར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། སྒྲོག་གཅོད་པ་འདི་སྤིག་པ་གིན་ཏུ་

ཆེ་བས། འདི་འི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་དཔུལ་བའི་གནས་སུ་སྒྲེ་བ་དང་། དེ་ནས་
སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ན་རྩ་ལྷན་རིང་མོ་མུང་མུང་བའི་མཐར་ཐར་ཙམ་བྱུང་སྟེ། མི་ལུས་
གི་ག་ལོན་སྤྱིད་ཀྱང་ཆེ་མུང་བ་དང་ནད་མང་བ་སྟེ། ཆེ་གང་པོར་ནད་གྱི་འོག་ནས་མི་
ཐར་བའམ་བྱིས་པ་རྒྱུད་ཀྱི་རྩ་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་བའམ་གཞན་གྱིས་གསོད་
པར་འགྱུར་བ་དང་། ས་ཕྱོགས་གྱི་ན་རྩ་ཉམས་མི་དགའ་བར་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་
ཡིན། སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྟོག་བཅད་ཀྱང་སྟོག་ལན་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་རེ་འཇལ་
དགོས། དེ་དག་རང་བྱས་རང་ལ་སྤྲིན་པ་ཡིན་པས་རྣམ་སྤྲིན་མགོ་ཐོག་ཏུ་བབས་
ནས་བྱུང་བ་ན་སྤྱི་ཀྱང་ཅི་བྱེད་མེད། སྤར་རང་གིས་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྤྱག་བསྐལ་
གྱི་ན་རྩ་ཆེན་པོ་མྱོང་དུ་བརྒྱག་པའི་དབང་གིས་ད་ལྟ་རང་ཉིད་དཔུལ་བའི་གནས་སུ་
སྤྱག་བསྐལ་མྱོང་བ་དང་། སེམས་ཅན་དེའི་སྟོག་བཅད་བས་རང་གི་ཆེ་མུང་བ་དང་།
སེམས་ཅན་དེའི་གསོན་པོའི་གཟི་བརླིང་མེད་པར་བྱས་པས་རང་ས་ཕྱོགས་ཡིད་དུ་
མི་འོང་བའི་གནས་སུ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ནི་ནམ་ཡང་
བསྐྱུ་བ་མེད་པ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་རང་དབང་རང་ལ་ཡོད་པའི་རྩ་སྤྱག་གཟུབ་པར་བྱ་
དགོས་སོ། །

བརྒྱ་བསྟོ་སྤྱགས་གསོད་པ་ན་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱུད་ཐབས་བྱ་བ།

སྤྱིར་སྟོ་སྤྱགས་གསོད་ཚུལ་ལ་མཆུ་བསྐྱམས་ནས་གསོད་པ་དང་། སྒྲི་བྲེག་ནས་དང་།
མགོ་ལ་ཐོ་བས་གཞུས་ཏེ་དང་། གསོན་པོའི་ཁོག་པའི་ནད་དུ་ལག་པ་བཏང་སྟེ་ཁྱེ་བྲག་
རྩ་བཅད་ནས་གསོད་ཚུལ་སྟོགས་འདུག་སྟེ། ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐལ་ཆེན་པོ་དང་
ལན་པ་འབའ་ཞིག་རེད། རང་རེའི་ལུས་གྱི་འབྲས་སྤྱགས་པལ་ཆེར་ན་མཆུ་
བསྐྱམས་ཏེ་གསོད་པ་འདི་དར་བྱུང་ཆེ། གསོད་ཚུལ་འདི་ནི་རན་གསོད་གྱི་རྩ་



འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་རེད། དེ་ཡང་ཇི་ལྟར་ན་ཟོག་འགའ་ཞིག་མཆུ་བསྐྱམས་
 བས་དཔུགས་བཀག་པ་ནས་བརྒྱུད་སྤྱོད་སྐར་མ་དགུ་ཙམ་གྱིས་འཛི་བར་
 འགྱུར། འགའ་ཞིག་ནི་སྐར་མ་བཙོ་ལྔ་ཙམ་རེ་སོང་ནས་གདོད་འཛི་བར་འགྱུར།
 མཆུ་བསྐྱམས་ཏེ་དཔུགས་བཀག་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་དེ་ནི་འདྲ་ཞིག་རེད་རང་གི་མཆུ་
 ལག་བས་སྒྲིམས་ལ་དུས་ཚོད་སྐར་མ་གཅིག་ཙམ་ཞིག་ལ་སྒྲིང་དང་ཤེས་འོང།
 དཔུགས་ཆད་དེ་གི་མ་སོང་གི་བར་དུ་སྐྱག་བསྐྱལ་དེ་ནི་བས་རྗེ་ཆེར་འགྲོ་བ་
 ཡིན། ད་དུང་དེའི་སྒྲིང་དུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་འཛིགས་སྐྱག་ཆེན་པོ་དང་བཅས་
 པ་ཡིན། སྐྱག་བསྐྱལ་དང་འཛིགས་སྐྱག་དེ་ཡུན་དེ་འདྲའི་རིང་པོར་མུང་དགོས་ན་
 གང་འདྲ་འདུག རང་རེ་རྒྱམས་ལ་ཡུད་ཙམ་རེ་ལ་མེ་བཙའ་རྒྱུད་ཏེ་བཞག་པ་ན་མི་
 བཟོད་ནས་མི་མང་པོ་ལ་རྒྱང་བ་དང་ལག་པ་ནས་འཛིན་དུ་འཇུག སེམས་ཅན་
 གཞན་རྒྱམས་ལ་འདི་འདྲའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་ཅི་མི་སྒྲིམ་པར་སྒྲུང་མེད་
 དུ་པོར་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐ་ཆད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲོ་སྐྱག་ས་དག་མ་བསད་ཐབས་མེད་
 ཡིན་ཕྱིན་སྐྱག་བསྐྱལ་རྩུང་ཟད་རྒྱུད་ཏེ་ཞིག་གི་ངང་ནས་འཛི་ཆོག་པའི་ཐབས་ཤིག་
 ལ་ནི་ངེས་པར་དུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་ལ་སྐྱག་བསྐྱལ་ལྷག་པོ་
 མྱོང་དུ་འཇུག་དགོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། དན་གསོད་དེ་འདྲ་བྱས་ན་གསོད་མཐན་ལ་
 སྤྱིག་པའང་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ།

དེས་ན་འབྲོག་ཕྱོགས་འགའ་རེ་ན་འཛི་བ་སྐྱར་ལ་སྐྱག་བསྐྱལ་རྩུང་ཟད་རྒྱུད་པའི་
 གསོད་ཐབས་འདུག་པས་དེ་སྐོག་ས་ལག་ལེན་དུ་བྱས་ཏེ་མཆུ་སྒྲིམ་པ་སྐོག་ས་དན་
 གསོད་དེ་དག་གི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རྒྱལ་བ་ཞིག་བྱེད་པ་ནི་གལ་ཆེ། འོན་ཀྱང་ཐབས་དེས་
 བསད་ན་སེམས་ཅན་ལ་སྐྱག་བསྐྱལ་མེད་པ་དང་གསོད་པ་པོ་ལ་སྤྱིག་པ་མེད་ཅེས་
 གོ་བ་ལོག་པར་གཟུང་བར་མི་བྱ་སྟེ། སྒྲོག་བཙད་པ་ལ་སྐྱག་བསྐྱལ་མེད་པ་དང་

ཞིག་པ་མེད་པ་ཞིག་ག་ལ་སྤྱིད། མདོར་ན་སྒོ་ཐུགས་འདི་རྣམས་རང་ཅག་ལ་བརྟེན་
ནས་གནས་པ་ཡིན་པས་གསོན་པ་དང་འཆི་བ་གང་གི་ཆོན་འཕེལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་པ་
མེད་མེད་མི་དགོས་པའི་ཐབས་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱིར་དུ་འབད་བར་བྱ་དགོས་སོ། །

བཙུག་ཅིག་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱ་བ།

དེ་ཡང་སྒྲེ་བོ་པོ་མོ་རྣམས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་དོན་ཅི་རིགས་པ་
ཞིག་ཤེས་པ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་ངོ། །རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རང་རེ་ཐམས་
ཅད་བདེ་བ་རྒྱུད་ཏུ་ཡན་ཆད་འདོད་ལ། སྒྲུག་བསྐྱེད་རྒྱུད་ཏུ་ཡན་ཆད་མི་འདོད་
མཁན་གྱི་སྒྲུག་ཡིན་པ་ལས་འདི་ན་བདེ་བ་མི་འདོད་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདོད་པའམ་
བདེ་ཡང་ཆོག་ལ་མ་བདེ་ཡང་ཆོག་སྒྲུམ་པ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག འོ་ན་བདེ་བ་
དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདི་རྣམས་ཀྱང་རྒྱ་མེད་རྒྱེན་མེད་དུ་འབྱུང་བ་ནི་གཏན་ནས་མ་
ཡིན་ཏེ། འདི་རྣམས་ལ་རྒྱ་ཡོད་ལ་རྒྱེན་ཡང་ཡོད། དེས་ན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་དེ་གང་ཡིན་
པ་དང་། བདེ་བའི་རྒྱ་དེ་རི་ལྗང་བསྐྱབ་བར་བྱ་བ་དང་། སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་རི་
ལྗང་སྤང་བར་བྱ་བ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་དགོས། རང་གིས་མ་ཤེས་ན་གཞན་གྱིས་
ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་འོང། དཔེར་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལུགས་ལ་འང་རྒྱལ་བོའི་ཁྱིམ་
དེ་རང་གིས་ཤེས་དགོས། རང་གིས་ཤེས་ན་རང་གིས་དེ་དང་མི་འགལ་བར་བྱས་
པས་ཆོག་སྟེ། ཁྱིམ་འགལ་བྱས་ཏེ་བཙོན་ཁང་དུ་འགྲོ་དགོས་དོན་མེད་པ་ཡིན་གྱི།
གཞན་གྱིས་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡན་ཐོགས་དེ་ཙམ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

དམ་པའི་ཆོས་འདི་རང་རེ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་བོ་ཡིན་ལ། བོད་
མི་རིགས་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཆར་དུ་བདེ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་འབྱུང་གནས་ཀྱང་ཡིན། དེའི་
ཕྱིར་བོད་ཀྱི་བཙན་བོ་རིམ་བྱོན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་ལ་བཀྱར་སྟེ་དཔེ་མེད་མཛད་



ལ། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་བགྲང་གིས་མི་ལང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ལུས་སྟོག་ཡོངས་
 སྟོང་གང་ལའང་མ་ལྟོས་པར་འཛིན་སྟོང་སྟེལ་བར་མཛད། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བོད་
 མི་རིགས་ཀྱི་འདི་བྱི་གཉིས་ཀའི་བདེ་སྦྱིད་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་
 པའི་དམིགས་ལུལ་གང་ཡང་མེད། དེ་ལྟར་མཛད་པའི་དྲིན་གྱིས་ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་
 ཡོངས་ཀྱི་ཁྱོན་ན་དམ་པའི་ཆོས་ཆེས་ལུན་སུམ་ཆོག་པར་གནས་པ་དེ་བོད་ཀྱི་ལུལ་
 འདི་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དམ་པའི་ཆོས་འདི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་གི་རིང་ལ་བོད་ཀྱི་
 སྦྱི་ཆོག་པ་འཛོལ་བ་དང་མཉམ་འགོ་མཉམ་འདུག་དུ་གྱུར་པས་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་
 གཏིང་ན་འདི་བྱ་རུང་དེ་བྱ་མི་རུང་སུམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་འཛམ་བཟག་བྱུང་པར་བ་
 ཞིག་ཡོད་ལ། དེའི་དབང་གིས་སྦྱི་ཆོག་པ་བརྟན་པ་དང་དང་བདེ་འཇགས་དང་
 བསམ་པ་ཡ་རབས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་འགོ་བ་ལ་ཕན་འབྲས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱུང་དང་
 འབྲུང་བཞིན་པ་ཡིན་པ་ནི་བོད་མི་མང་ཡོངས་ལ་ཉམས་སྦྱང་མཛོན་སུམ་པ་འདི་
 ཡིན། དེའི་དབང་གིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་ཐོས་དམ་པའི་ཆོས་ལ་དད་པ་དང་དགའ་
 བ་དཔེ་མེད་པ་བྱེད་དེ། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སོགས་ཀྱི་དུས་སུ་མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་
 འགའ་ཤས་སུ་དམ་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་བཅད་དེ་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་མགོ་ར་བསྟན་
 པ་སྐར་ཡང་ཅུང་ཟད་དར་བའི་མགོ་རྩོམ་པའི་ཆོ་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་ཐ་ན་རྒྱ་གླིང་དང་
 རྒྱ་དུང་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་མར་ཐོས་པ་ན། རེད་ཅག་བྱིས་པ་དང་ན་གཞོན་སངས་
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཞེས་པ་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པ་དག་མ་གཏོགས་གཞན་དམངས་ཆོག་པ་
 ཐམས་ཅད་དགའ་དྲགས་ནས་དུ་བར་མི་བྱེད་པ་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག རིག་གསར་
 ཀྱི་ཆོ་བསྟན་པ་གཏོར་བརྒྱག་གཏོར་བ་ནའང་། དམངས་དཀྱུས་མ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་
 སྟོག་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྟེན་གསུམ་སོགས་སུ་སྦྱོབས་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིད་འཕྲོག་
 པ་མང་དུ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་རེད། འོན་ཀྱང་ཆོས་པ་སྤྱོད་

ལུགས་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་མ་ཤེས་ན་ཆོས་ལ་དགའ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་འོང་།
 ཆོས་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ཤེས་ན་ཆོས་འདིའི་ནང་ན་ཁྱིམ་པ་པོ་མོ་ནམས་གྱིས་པ་སྐྱབ་རྒྱུ་འདྲ་
 ཡོད་ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ནམས་གྱིས་པ་སྐྱབ་རྒྱུ་འདྲ་ཡོད་ཅིང་། སྤང་བོ་དཔྱག་ཐོགས་
 དག་གིས་པ་སྐྱབ་རྒྱུ་འདྲ་ཡོད་ལ། འབྱོར་ལུན་ཁེ་གྲགས་འཛོམས་པས་པ་སྐྱབ་རྒྱུ་འདྲ་
 ཡོད་པས་རང་རང་གི་ཆོད་དང་བསྐྱེད་ནས་ཉམས་སུ་བྱུངས་པས་ཆོག ཁྱིམ་པ་
 ནམས་གྱིས་ཀྱང་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཕྱགས་འཛོམས་བྱེད་པ་དང་། ཞིང་ལས་སོ་
 ནམ་དང་། བཟོ་ཆོང་ཐོགས་བྱེད་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཆོ་ཕྱི་མ་བདེ་འགོ་
 འཐོབ་བྱེད་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཐར་བ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་སངས་རྒྱས་འཐོབ་པར་བྱེད་
 པའི་ཆོས་ཀྱང་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཐུབ་ན་ཆོས་
 ཆོག་བཞི་ཤེ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཆོ་ཕྱི་མར་ཡང་ཐན་ལ། ཆོ་འདིར་ཡང་བདེ་བ་མངོན་
 སྤར་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་གལ་ཆེ། དཔེར་ན། རང་གི་ལུས་ལ་དཔེ་ལོངས་ལ། །
 གཞན་ལ་གནོད་པ་མ་བྱེད་ཅིག །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དེ་ཚུལ་
 བཞིན་དུ་ཤེས་ནས་དེའི་དོན་བསམ་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་འཇམ་ཡང་ན་མི་ཐམས་
 ཅད་གྱིས་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡང་དག་པ་ཞིག་
 རྟོན་ན་སོ་སོ་རང་དོན་ནས་རང་ཤེས་རང་རྟོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྒོ་དཀར་གཞུང་དྲང་གི་
 ལམ་ལ་གནས་པས་ཉེས་སྒྱུད་ལྟ་ཆོགས་པ་འབྱུང་དོན་མེད་པས་སྤྱི་ཆོགས་ཡིན་པོ་
 རང་རང་གྲུགས་གྱིས་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པར་འགྱུར་བ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་དོ། །
 དེས་ན་ཆོས་འདི་ཤེས་བྱ་གལ་ཆེན་ཡིན་པས་དེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས། རང་མེད་ཆོ་
 འདིའི་ལྟ་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱི་ཆེད་ཙམ་དུ་འདྲ་ཤེས་བྱ་རི་འདྲའི་མང་པོ་སྦྱང་གིན་འདུག
 ཆོ་རབས་ནས་ཆོ་རབས་ཀྱི་བར་དུ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་དོན་དུ་དང་དེས་པར་དུ་འབྱུང་



བར་འགྱུར་པའི་སྒྲིག་ན་འཆིའི་སྒྲིག་བསྐྱེལ་སྤང་བའི་བྱ་བ་གལ་བོ་ཆེ་དེའི་དོན་དུ་
 ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོལ་སྒྲོང་མི་བྱེད། ཆོ་འདོའི་ཟས་གོས་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་རིག་གནས་ལལ་བ་
 ལ་སྒོལ་སྒྲོང་བྱས་ཀྱང་དེའི་འབྲས་ལུ་ཟས་གོས་ལོངས་སྒྲོད་འབྱོར་བ་ཙམ་ཡིན།
 ཟས་གོས་ལོངས་སྒྲོད་ནི་ཅི་ཙམ་ཞིག་འབྱོར་ཡང་གནས་སྐབས་ཙམ་ཡིན་གྱི་གཏན་
 ཏུ་མི་འབྲལ་བ་ཞིག་གང་ནས་ཀྱང་མི་རྟོགས། དམ་པའི་ཆོས་ལེགས་པོ་ཞིག་ཤེས་ན་
 ཆོས་དེ་བསྐྱབ་པ་ལའང་དཀའ་བྱ་མེད། གྲུབ་པའི་འབྲས་ལུ་འང་གནས་སྐབས་ཁ་
 ཟས་རྒྱབ་གོས་གྱི་དོན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཆོ་རབས་གཏན་དུ་
 བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ལྟ་ན་དེ་འདྲའི་ཐབས་དེ་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་ལ་སྒོལ་
 སྒྲོང་ཞིག་ཅིའི་ཕྱིར་ན་མི་བྱེད། ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སྤྲོད་དུ་མི་སྒྲིག་ཅིག་
 མི་ལྟང་བ་དང་། ཆོར་མ་ཞིག་མི་ཟུག་པ་ཡན་ཆད་གྱི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པར་བྱེད་ན།
 རན་སོང་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་བསྐྱེལ་མི་འོང་བའི་ཐབས་སུ་མི་བརྩོན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐུན་
 པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཞིག་མ་ཤེས་ན། ལྟ་ལོག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་
 སྤྱི་མེད་པ་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་མེད་ཅེས་པའི་བྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་པ་ན། དངོས་
 གནས་ཡོད་པར་མི་འདུག་སྐྱམ་པའི་ལྟ་བ་ལོག་པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་ཉེན་ཁའང་ཡོད།
 ལྟ་ལོག་དེ་དག་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ན་དེའི་དབང་གིས་སྒྲིག་གཅོད་པ་དང་། རྒྱ་འཕྲོག་
 གཡོ་སྒྲུས་མགོ་སྒྲོར་བ་སོགས་སྒྲོད་རན་རྣམས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་མ་མཐོང་ཕྱིན་
 ཐམས་ཅད་འདོམས་མེད་དུ་བྱེད། དེ་འདྲའི་མི་གཅིག་ལུ་ལྷོགས་དེ་ན་ཡོད་ཀྱང་
 ལུལ་དེའི་ཐ་ན་དུང་འགྲོ་ཡན་ཆད་སྒྲིག་ཆགས་ཐམས་ཅད་མི་བདེ་བར་བྱེད་ན།
 མང་པོ་ཡོད་ན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། རང་ལའང་ལྟ་རན་དང་སྒྲོད་རན་དེ་དག་གི་དབང་གིས་
 ཆོ་རབས་ཤིན་ཏུ་མང་པོར་སྒྲིག་བསྐྱེལ་བྱུང་དགོས་པར་འགྱུར་ངེས་པས་འདི་ལ་

ལུག་པར་དུ་གཟུབ་དགོས། གང་ཟག་འགའ་རེས་དམ་པའི་ཚོས་འདི་མི་བདེན་ཞེས་
 གྲུ་ཁུལ་བྱེད་པ་ཡོད་མོད། དེ་དག་གིས་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ནང་དོན་དངོས་གནས་པ་
 ཞིག་གཏན་ནས་གོ་མེད། རང་གིས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་རྒྱ་གྲིས་མགོ་སྒྲར་བ་འཇམ་
 གཞན་ཟེར་རྗེས་བརྗོད་ཅམ་རེ་བྱས་པ་ཡིན། དེས་ན་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིན་ཐང་
 བོ་མཁས་པས་ཤེས་ཀྱི་བྱུང་བོས་མི་ཤེས། དེ་བཞིན་དུ་ཁོ་ཚོས་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་
 ནང་དོན་ཅ་བ་ནས་མི་ཤེས་ན། དེ་བདེན་མི་བདེན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ག་ལ་ཤེས།
 རྩོན་དམ་པའི་ཚོས་མི་བདེན་ཞེས་སེམས་ཐག་བཅད་ནས་སྒྲུ་མཁན་འགའ་རེས་ད་
 ལྟ་ཚོས་སྒྲུབ་པ་ལ་རི་འདྲའི་འབད་བ་བྱེད་བཞིན་མི་འདུག དེ་རྩོན་གྱི་དུས་སུ་རང་
 ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་མེད་པར་གཞན་ཟེར་རྗེས་བརྗོད་བྱས་པའི་རྟགས་ཡིན།
 འགའ་ཞིག་གིས་དམ་པའི་ཚོས་མི་བདེན་པ་ཚན་རིག་གིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་མི་ཤེས་
 ཤེས་མདོག་གིས་སྒྲུ་ཁུལ་བྱེད། དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་མཁན་གཏོང་བ་ཡིན་གྱི་ནང་པ་སངས་
 རྒྱས་པའི་ལྟ་གྲུབ་ལ་གནོད་པའི་ཚན་རིག་ཅིག་རྩོན་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་འཛིན་གྱིང་
 གར་རུབ་གཉིས་ཆར་དུ་འང་བྱུང་མ་གྱིང་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་གང་ནས་རྟོད། གནོད་ན་
 གནོད་ཚུལ་དེ་ཁྱོད་ཅག་གིས་ཞིབ་ཏུ་སྒྲོས་ཤིག་དང་ཡ་མཚན་ཆེད། །ཚན་རིག་པ་
 དག་གི་གཙུག་རྒྱུན་ཨོལ་ཤྲིལ་བྱ་ཨན་གྱི་ཐན་ཡང་ནང་པའི་ཚོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་
 མཁན་གྱི་དད་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་སམ། དེ་བཞིན་ཨ་རི་སོགས་ཀྱི་ཚན་རིག་
 པ་ཤིན་ཏུ་མང་བོ་ཚོས་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲིང་ཆ་དེ་དག་ནི་རང་དགར་སྒྲུས་པའི་རྒྱུ་
 གཏམ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་དོན་གནས་ཀྱི་ཆ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འདི་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་
 དགོས་སོ། །

ནང་པའི་བསྟན་པ་འདི་ནི་མི་ལ་སྒྲུམ་སྟོང་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་



གྱི་སྒྲུ་པོ་བགྲང་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ཅན་བརྟུ་བའི་གསེར་བཞིན་
 ཏུ་འབྱུལ་མེད་ཏུ་གཏན་ལ་ཡབ་བ་ཡིན་པས་དོན་ལ་གནས་པའི་སྒྲུན་ཞིག་སྤར་ཡང་
 ལུས་ཀྱང་བརྟེན་གྱི་མ་རྟེན་ལ། མ་འོངས་པ་ན་འང་མི་རྟེན་པར་ཡིད་ཆེས་ཆོག་པ་
 ཡིན་ལ། འདི་ལྟ་བུའི་རིགས་པ་གཏིང་ཟབ་ཅིང་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་གང་ན་འང་
 མེད་པས་སོ་སོ་ནས་རང་སྒྲུལ་རེ་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དེང་སང་གི་སྒྲུན་པོ་ཁ་ཅིག་གིས་དམ་པའི་ཆོས་དར་ན་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་ལ་
 བཀག་འགོག་ཏུ་འཕྱུར་ཞེས་ཟེར། དེ་དག་གིས་ཆོན་རིག་ཤིན་ཏུ་དར་བའི་རུབ་
 རྒྱུགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་ཇི་ལྟར་དར་བའི་གནས་ཚུལ་ཅུ་མ་
 ཡང་མ་ཤེས་བཞིན་ཏུ་རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སྐྱོད་ཀྱི་ལྟ་བུའི་གི་རོ་སྒྲོང་སྒྲུལ་བ་
 ཡིན་ཏེ། རྩོན་རྒྱ་ནག་ཏུ་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་སྒྲུས་ཏེ། ལོ་སྟོང་ཐུག་ཏུ་མའི་རིང་
 ཏུ་རང་གི་ལ་མེས་རྣམས་ཀྱིས་བཞག་པའི་རིག་གནས་འགངས་ཆེན་ཐམས་ཅད་རྒྱག་
 མེད་ཏུ་བྱས་ཏེ། ཏུས་རབས་འདིའི་སྟོན་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁྱེད་ཅིའི་
 ལུགས་ལ་རྟེན་རུལ་ཡིན་ཞེས་དགག་པ་མང་ཏུ་བྱས་མོད། འོན་ཀྱང་དེས་མི་རིགས་
 རང་ལ་ལན་འབྲས་ཅི་ཡང་མ་ཐོབ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་རིན་ཐང་ཤེས་པས་
 མཐོང་ཆེན་བྱེད་དེ། ༡༩༧༧ལོའི་ཟླ་བ་༡༡པའི་ནང་མ་ཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོག་ཀྱིས་
 ཁྱེད་ཅིའི་དགོན་པ་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་རྣམས་འཛམ་གླིང་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་
 གི་ཁྲོད་ཏུ་བཞག་པ་དང་། ཁྱེད་ཅིའི་རིག་པ་འདི་ལ་འཛམ་གླིང་གི་ཤེས་རིག་གླི་
 དང་། ཁྱེད་པར་དུ་ཨེ་ཤ་ཡའི་གླིང་གི་ཤེས་རིག་ལ་མཛད་རྗེས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡོད་
 པ་འཛམ་གླིང་གླིས་ཐུན་མོང་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་བྱུང་། ད་ལྟ་ནི་རྒྱ་ནག་རང་གིས་ཀྱང་
 རྒྱབས་ཆེན་གྱི་བསམ་སྒྲོལ་དང་སྒྲོལ་གསོ་བ་ཞེས་བརྟེན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བྱེད་ཏེ། འཛམ་
 གླིང་གི་མཁས་པ་གསུ་པོར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱ་ནག་གིས་རང་གི་སྒྲུལ་

རྒྱན་གྱི་རིག་གནས་གཏོར་བརྒྱག་བྱས་པ་དེ་བཟང་པོ་ཡིན་ཞེས་མ་སྒྲིམ་ལ། དེ་གཏོར་བརྒྱག་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་འཕེལ་རྒྱས་ཅི་ཡང་མ་སོང་བའང་ཀུན་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དེང་སང་བོད་འགའ་ཤེས་བཤད་ཚུལ་དེ་ཡང་དེ་དག་གི་རྗེས་སྒྲོས་བྱས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་བཀག་དོ་ཚྭ་ལུགས་ཡིན་ཞེས་པ་འདི་བདེན་ན། རྩལ་ཕྱོགས་དར་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་དུ་ཨ་རི་ན་ཚྭ་ལུགས་གཏན་ནས་མི་དར་དགོས་ཏེ། ཨ་རི་ནི་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཐམས་ཅད་ལས་ཚན་རིག་ལག་རྩལ་དར་བའི་ཡང་ཅེར་སོན་ཅིང་། ཆེས་ཤིན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་སྔོན་སོན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འོན་ཀྱང་དེ་ལས་ལྷོག་སྟེ། ཚྭ་ལུགས་ནི་ཨ་རིའི་མི་རྒྱམས་ཀྱི་འཚོ་བའི་ནང་དུ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་དེ། ༡༩༧༤ལོའི་རྒྱ་བ་གསུམ་པར་ཨ་རིའི་གསར་འཛུར་ཁང་དང་འཛམ་གླིང་སྟན་འཁྱེད་གསར་ཤོག་ཁང་གཉིས་ཀྱིས་ཨ་རིའི་མི་མང་ལ་དམངས་སེམས་རྟོག་ཞིབ་ཅིག་བྱས་ཏེ། ཁྱེད་ལྟ་ལ་ཡིད་ཆེས་སམ་ཞེས་བ་དང་། ཁྱེད་གང་ཡང་རུང་བའི་ཚྭ་ལུགས་ཤིག་ལ་སློ་གཏོད་ཡོད་དམ་ཞེས་པའི་དྲི་བ་གཉིས་པོ་དེ་དྲིས་པས། མིའི་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་ལྷག་གསུམ་གྱིས་དེས་པར་ཡོད་ཅེས་ཟེར། བརྒྱ་ཆ་ལྷས་མེད་ཅེས་ཟེར་རོ། ཨ་རིའི་མི་བརྒྱ་འདི་ནང་དུ་ཚྭ་ལུགས་ཀྱི་སློབ་མ་༤༡ཟེ་ཡོད། གཞན་པ་རྒྱམས་ཚྭ་ལུགས་ཀྱི་སློབ་མ་དངོས་ཀྱི་ནང་དུ་མི་གཏོགས་ཡོད། འོན་ཀྱང་མིའི་བརྒྱ་ཆ་གསུམ་ཙམ་གྱིས་ཁོང་ཅག་ཚྭ་ལུགས་ཀང་ལ་འང་མི་དད་ཞེས་ཟེར་བ་མ་གཏོགས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་རིམ་པ་མི་འདྲ་བའི་དད་པ་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། འདི་ཁྱངས་གཞན་ཞིག་སྟེ། མི་དད་མཁན་གྱི་མི་གངས་གོང་།



གི་དེ་དང་ཁྱད་པར་ཐུན་ཅམ་བྱུང་། དེ་ཡང་ཁོང་ཚོས་ཚོས་འདི་དང་པ་འཛིག་པའི་
 ལུལ་དུ་བྱེད་པ་རྒྱུ་པ་མ་ཡིན་པར་འཚོ་བའི་ཆ་གསུམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏིང་དུ་ཞུགས་
 ཏེ་ཡོད། ཨ་རིའི་མི་ཞིག་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཅ་འཇུགས་གང་ཅུང་ཞིག་ཏུ་ཞུགས་པ་ན།
 སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་ནས་གོ་གནས་དང་ཐོབ་ཐང་ཞིག་རྟེན་པ་ལྟར་དུ་སེམས་ཏེ། གྲོ་བ་དེ་
 བར་གནས། གལ་ཏེ་ཚོས་ལ་མི་དད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཆེ། སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་
 གིན་ཏུ་མང་པོ་དག་གི་ནང་དུ། མི་རྒྱུས་ཀྱིས་སྦྱོན་འཇུགས་བྱེད་ཅིང་ཕྱོགས་རིས་
 ཞེན་ལྟ་ཅན་དང་འགྲོགས་མི་བདེ་བའི་མིར་བཅི། དད་ལྟན་དེ་རྒྱུས་ཀྱང་ཅི་ཡང་
 མི་གསུམ་པའི་ཕོ་མོ་ཡལ་བ་ཙམ་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་རྒྱུས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་ཨ་རིའི་
 ཚན་རིག་པ་གིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་དོ། །

ཁོང་ཚོའི་བསམ་པར་མི་སྦྱར་གྱི་འཚོ་བའི་ཁྱོད་དུ་ཚོས་ལུགས་དང་ཚན་རིག་གཉིས་
 ཀྱི་བར་ན་འགལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་དེ། ཚོས་ལ་དད་པ་ནི་རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་གི་རེ་
 འདུན་གཞན་ཞིག་རེད་ལ། འཛིག་རྟེན་འཚོ་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རེ་འདོད་དེ་ཡང་གཞན་
 ཞིག་རེད། དེ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ཟིལ་གྱིས་གཞན་མི་དགོས་པར་མཉམ་དུ་
 གནས་པས་ཚོག་ཅས་སེམས་སོ། །ཁོ་ཚོས་ལོ་རེ་བཞིན་ཚོས་ཁང་ལ་རང་མོས་གྱིས་
 སུལ་བའི་ཞལ་འདེབས་ཨ་སྒོར་དུང་ཕུར་༡༠ཡོད། གངས་དེ་ནི་འཛམ་གླིང་གི་
 རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་གི་རྒྱལ་དམངས་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་རིན་ཐང་སྟོན་གངས་ལས་
 བརྒྱལ། བལ་ཆེར་མི་༡༠༠རེ་ལ་ཚོས་ཁང་རེ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཨ་རི་ནི་རྒྱལ་ཕྱོགས་
 ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་རྒྱུས་ལས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱམ་པ་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཡིན།
 མདོར་ན་ཨ་རིའི་མི་རྒྱུས་སྦྱོས་པ་དང་། བར་སོན་པ། གཉེན་སྦྱིག་བྱེད་པ། གི་
 བའི་སྐབས་སོགས་གལ་ཆེན་གྱི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཚོས་ལུགས་དང་འབྲལ་ཐབས་
 མེད་པར་བྱེད། དེར་མ་ཟད་ཨ་རིའི་སྡོན་གྱི་སྤྱིང་འཛིན་ཁུ་ལུན་འིན་གྱིས་ཀྱང་།

གལ་ཏེ་ར་ལྷ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ན། རས་མྱིད་འཛིན་གྱི་ལས་འགན་དེ་ལེགས་པར་
བསྐྱབ་པར་བྱ་མི་རྣམས་ལ། རང་སྣང་གྱི་འཁེལ་རྒྱུས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་སྒྲོས་མ་དགོས་
ཞེས་ཟེར་ཏེ། མྱིད་འཛིན་རིམ་བྱུང་རྣམས་ཀྱང་ཆོས་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེས་ན་
ནང་པ་སངས་རྒྱུས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་གྱི་བཀག་དོ་ཡིན་ཟེར་བ་
ནི་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་དཔག་གཉིས་ཆར་འགལ་བའི་སྤྱོད་འབའ་ཞིག་གོ།

གཞན་ཡང་དང་དུས་སྤྱུལ་བྱ་གཞན་དག་ན་སྤྲོས་སྤྲོས་མཁན་མང་བོས་རང་ཉིད་
སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ལེམས་སོགས་ག་གོ་མོ་རེའི་སྤྱུལ་བར་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ། ཆོས་
ལུགས་གྱི་བྱུབ་མཐའ་གསར་པའི་སྒྲོལ་འབྱེད་ཁུལ་བྱེད་ཅིང་། ཅ་རྒྱུད་གི་རྣམས་པ་
ཅུང་ཟད་རེ་དང་ལྷ་འབྲེའི་ཆོ་འཕྲུལ་ཐུན་བྱ་རེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་འཆོས་པ་དང་
མངོན་ཤེས་འཆད་པ་སོགས་སྤྱང་བ་ཆལ་ཆོལ་སྤྲ་ཆོགས་པ་ཐར་བའི་ལམ་སྤྲ་ཟེན་
པ་ལ་ཡན་པ་སྤྲ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་དག་དར་སྤེལ་བྱེད་པ་མང་བོ་ཡོད། དེའི་ཆོན་སྒྲེ་
བོ་རྒྱ་མཆོན་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་རྒྱུང་རིང་པོར་བལྟ་མི་ཤེས་པས་འབྲལ་གྱི་
སྤྱང་བ་ཅམ་དེས་སེམས་བསྐྱུས་ནས་དེ་ཉིད་འགྲན་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱབས་ཆེན་དུ་
བཟུང་ནས་ཐར་ལམ་ཡང་དག་དང་ཁ་བྲལ་ཏེ། མགོ་འཁོར་ལམ་སྒོངས་སུ་འགྲོ་
བའི་ཉེན་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེས་ན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོབ་ལེགས་པོ་རེ་བྱས་ཏེ་
ཉམས་སྤྱོད་ལོན་བྱེད་པ་ནི་མེད་དུ་མི་རུང་སྟེ། ལྷ་རྒྱུབ་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་མི་ཆོ་ཡོངས་
རྒྱོགས་ཟད་པར་བྱེད་པའི་འཆོ་བ་ལ་ནི་སྤྱིང་པོ་ཅི་ཡང་མེད་དོ།

བརྩ་གཉིས་པ་བྱུབ་མཐའ་རིས་མེད་བྱ་རྒྱ།

རང་རེ་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདི་ན་མདོ་སྤགས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་
འཛིན་སྤྱིང་གི་ལུལ་གཞན་གང་ནའང་མེད་པ་ཞིག་ཡོད། འདི་ནི་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་

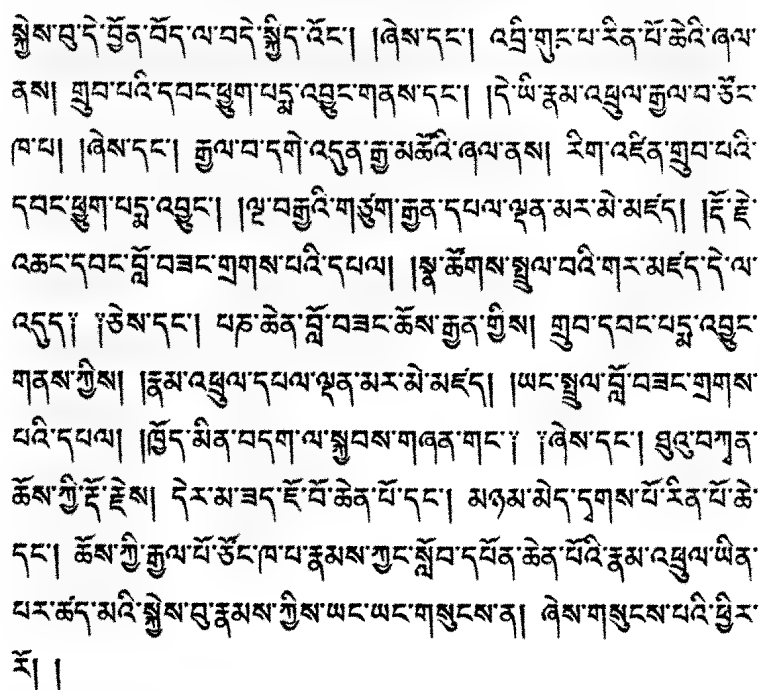


བོ་ཡོངས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཡིན། དེས་ན་འདི་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་དང་འཇིགས་ཕྱོགས་རིས་སྒྲུབ་ས་
 ཉེ་ཆགས་སྒྲུབ་གི་རྒྱ་བྱེད་པ་དེ་གིན་རྒྱ་མི་རིགས། དེང་སང་ཡང་ལུང་རིགས་ཅི་ཡང་
 མི་ཤེས་པ་དང་ཤེས་པར་སྒྲོམ་པའི་གྲ་རྒྱ་འགའ་རེས་ད་དུང་ཕྱོགས་འཛིན་གྱི་
 ཆགས་སྒྲུབ་སྒྲོང་། ཁོང་ཚོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཆགས་སྒྲུབ་གི་རྒྱུན་དེ་གསར་ཁུ་རྒྱུ་ཆུང་གི་རྒྱུད་
 ལའང་འཇུག་ཨེ་ཐུབ་བལྟ་བུ་ཞི་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀའི་ཆན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་
 སྒྲུབ་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་རྒྱུ་ལ་དེའི་མེ་རྩོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་
 རྒྱུན་གྱི་མཁས་པ་རྒྱུ་ལ་ཐོད་དུ་དར་བའི་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལ་གྱུ་
 ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་བའི་ཐུར་དུ་ཡན་ཚུན་དོགས་སྒྲོང་དང་ཁྱེད་གའང་པའི་དགོངས་
 པ་མི་ཤེས་པའི་གསར་ཁུ་འགའ་རེས་ཀྱང་གཞན་གྱི་བསྟན་པ་དང་བསྟན་པ་འཛིན་
 པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་རྒྱུ་ལ་སྒྲུབ་འདེབས་སྒྲུབ་ཆོགས་པ་བྱས་ཏེ། དེ་ཉིད་རང་གི་
 བསྟན་པའི་ལ་རྒྱ་འཛིན་པ་ཡིན་ཁུ་བྱེད་པ་ཞི་གིན་རྒྱ་མི་རིགས་ཏེ། ཆོས་སྒྲུབ་གི་ལས་
 རན་བསགས་ཉེ་རང་ཉིད་རན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྟན་
 པ་གཅིག་ལ་སྒྲུབ་པ་བྱེད་པས་གཅིག་གི་ལ་རྒྱ་ཟིན་པར་འདོད་པ་ནི་མིག་ཐུང་བ་
 བྱད་ཀྱི་བྱེད་དུ་སྒྲོམ་པ་དང་མཚུངས་སོ། །

གཞན་ཡང་གལ་ཉེ་གྲུབ་མཐའ་གང་རུང་ཞིག་གི་སྒྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལྟ་བུའི་དམ་པའི་
 སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཞིག་གིས་བསྟན་པ་དང་འགྲོ་བ་སྒྲུབ་རང་རེ་བོད་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་སེམས་
 ཅན་ལ་ཐན་པ་ཡོད་རེས་ཀྱི་བྱ་བ་ཞིག་རྩོམ་པ་ན། གྲུབ་མཐའ་གཞན་གྱི་གང་ཟག་
 འགའ་རེས་བྱ་བ་དེའི་ཕན་འབྲས་ལ་མ་ལྟོས་པར་ཕྱོགས་རིས་ཁོ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་
 དང་སྒྲུབ་འདེབས་སྒྲུབ་ཆོགས་པ་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ། བྱ་བ་དེ་མི་འགྲུབ་ཐབས་འབའ་
 ཞིག་ལ་བརྩོན་པར་གྱུར་ན། དེའི་དབང་གིས་བསྟན་པ་དང་བྱ་བ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་
 བདེ་བ་ལ་གྱུང་རྒྱུ་ཅི་རིགས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་གྲུབ་འབྲས་

ཅི་ཡང་མེད་དོ། །

དེས་ན་ད་ལྟ་ཏུས་རབས་གསར་བ་འདིའི་ནང་འཇམ་གླིང་གི་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ།
 མི་རིགས་མི་འདྲ་བ། རིག་གནས་དང་གོམས་གཤིས་མི་འདྲ་བ་དག་ཀྱང་པན་ཚུན་
 མཐུན་སྒྲིལ་དང་མཉམ་འབྲེལ་གྱི་སྒོ་ནས་སུན་མོང་གི་ཁེ་ཕན་ཅན་གྱི་བྱ་བ་དག་སྒྲུབ་
 པ་ཡིན་ན། རང་རེ་གཉིས་གཅིག་པ། རིག་གནས་དང་གོམས་གཤིས་གཅིག་
 པ། སྒོན་པ་གཅིག་པ། ཆོས་ལུགས་གཅིག་པ། སྒྲིད་སྒྲུག་གཅིག་པ། མཐར་ཐུག་གི་
 ལུགས་འདུན་གཅིག་པ་ཅན་ནམས་གྱི་ནང་དུ་དོན་མེད་གྱི་ཆགས་སྣང་སྣ་ཆོགས་པ་
 བསྐྱངས་ནས་ཁ་བྱས་བྱས་པ་ལ་གྱུབ་འབྲས་ཅི་ཞིག་འདུག རང་རེའི་སྒོན་པ་སངས་
 རྒྱས་ཤུག་སྒྲུབ་པ་གཅིག་པ་ཡིན་པར་མ་ཟད་ཨོ་རྒྱན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་དྲ་འབྲུང་
 གནས། མཉམ་མེད་རྫོང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་ཙོང་ཁ་བ། འཇམ་གོན་ས་
 སྒྲུ་པར་ཆེན། མཉམ་མེད་དག་པོ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་གངས་ཅན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སོ་
 སའི་སྒྲུལ་འབྱེད་མཛད་པ་ནམས་ཀྱང་སྒྲིམ་སྒྲུག་གཅིག་གི་སྒྲུལ་བ་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ཡིན་
 ཏེ། བཀའ་གདམས་སྤྱོད་ཆོས་ལས། ཡང་རེ་ཞིག་ན་རྫོང་པོ་འུ་ནས། མཐུན་རྒྱུད་
 དུ་མ་ཟད་དགེ་སྦྱོང་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་རྩི་རྩེའི་
 ལུགས་དང་ལྡན་པ་མཆོ་སྒྲིམ་རྩི་རྩེའི། བདུ་འབྲུང་གནས་མཆན། རྒྱགར་ན་འདུལ་བ་
 འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྒྲུལ་བར་ཡང་གྲགས་ཏེ། དཔལ་ཏེ་རུ་ཀའི་བཞེད་པས་ནི་
 ཁོ་པོ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་བྱེད། གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་པོད་འདིར་ལན་གཉིས་གསུམ་
 ཞིག་འོངས་ཏེ་སྒྲུལ་བའང་དེ་ལྟར་དུ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་དང་། ཨོ་རྒྱན་གླིང་པས་
 གཏེར་ནས་དངས་པའི་བཀའ་ཐང་བསྐྱས་པ་ལས། ཐུབ་པའི་ལུང་བསྟན་མདོ་
 ལམས་སྤང་ཅིག་ཏུ། །ཨ་ཏི་གཡི་སྒྲུལ་བ་སྒྲོ་བ་ཟེང་གྲགས། །



- 350 -

ཀུན་ལེགས་ཀྱིས། རྫོགས་ཆེན་དང་ཐུག་ཆེན་དབུ་མ་གསུམ། །མཁས་པས་བལྟས་
ན་གཅིག་རྩ་འདུག །རྒྱན་པོ་ཆོས་སྤྱང་བྱེད་འདོད་ནམས། །མོ་མོར་བྱས་ལ་ང་ཡི་
སྒོམ། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ཀྱི་བྱིར་རོ། །

འདི་ཐད་མཐར་ཐུག་གི་དགོངས་པ་གཅིག་པ་ཡིན་ཚུལ་རྩུང་ཟད་ཞིབ་པ་འཆད་རྒྱ་
ཡོད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྦྱར་བྱ་བ་མཐའ་སྟོགས་
འིས་ཀྱི་ཆགས་སྣང་འདི་དེས་པར་དུ་སྤང་དགོས་ལ། རྟེན་པར་དུ་འང་བྱིས་པ་པོ་མོ་
ནམས་ཀྱིས་རང་རེ་བོད་ཀྱི་བྱ་བ་མཐའ་སྟོགས་མེད་ལ་དད་པ་དང་དག་སྦྱང་གིས་
དང་འདི་དག་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟན་པ་རྣམས་པར་དག་པ་ཁོན་ཡིན་པས་
ཁྱེད་ཅག་མི་བསྐྱེད་ཐག་ཆོད་ཡིན། ཁྱེད་ཆོའི་དགོན་པ་ཆོས་ལུགས་དང་དེད་ཆོའི་
དགོན་པ་དང་ཆོས་ལུགས་ཟེར་ནས་ཆགས་སྣང་མ་བསགས། གཞན་དུ་ཆོས་སྤྱང་
གི་ལས་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། འདི་སྟེག་པ་གིན་རྩ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་ངན་སོང་དུ་འགྱོ་
དེས་པ་ཡིན། ཆོས་ཞེས་པ་འདི་ཐར་བ་འཕྱོང་བྱེད་ཡིན་ན། ཆོས་ལ་བརྟན་ནས་
ངན་སོང་དུ་འགྱོ་དགོས་དོན་ཅི་ལ་ཡོད། དོན་མེད་ཀྱི་སྟེག་པ་ཆབས་ཆེན་འདི་ཅིས་
ཀྱང་མ་གསོག་ཅིག ལར་ཐེངས་གཅིག་ཟ་རྒྱའི་ཟས་ཙམ་ལའང་ལེགས་པར་
བརྟགས་ཏེ་བཟའ་རུང་མི་རུང་བལྟ་དགོས་ན། ཆོ་འདི་བྱི་ཀུན་ཀྱི་སྒོ་ལུགས་བཙོལ་
སའི་ཆོས་དེ་ཡང་དག་ཡིན་མིན་བརྟག་དགོས་པ་བཤད་མ་དགོས་ཀྱང་། རང་རེ་
བོད་ཀྱི་ཆོས་འདི་དག་ལོ་སྟོང་ཐུག་ལྷག་གི་རིང་ལ་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པའི་སྦྱེས་སྦྱ་
དམ་པ་བགྲང་ལས་འདས་པ་ཞིག་གིས་ལེགས་པར་བརྟགས་ཟིན་པས་ད་སྐར་ཡང་
བརྟག་མི་དགོས། ཁྱེད་ཅག་གིས་བརྟགས་ཀྱང་གཤེས་རྩུང་ཟད་དཀའ། དེས་ན་དད་
པ་འཛིག་རྒྱུ་དུས་པས་འགྲིགས། དེ་མིན་དེང་སང་ཡུལ་གྱུ་གཞན་ནས་བྱུང་བའི་



ཆོས་ལུགས་སུ་མིང་བཏགས་པའི་ལྷ་བ་དང་སྤྱོད་པ་མང་པོ་འདུག་པུ། དེ་དག་ལ་
དགག་པ་ཡང་བྱ་མི་དགོས། དང་ལེན་གྱང་བྱེད་དགོས་དོན་མེད་པས་བཏང་སྟོམས་
སུ་བཞག་པས་ཆོག་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཆགས་སྡང་བྱས་པས་
སྒར་ཡང་ལུང་སྟེ། འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བལྟས་པས་ཤེས། མ་འོངས་པ་ཆེ་ཕྱི་མར་
ཡང་འཁུངས་སྟེ། ཆད་མར་གྱུར་བའི་ལུང་ལ་བལྟས་པས་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བརྟུགས་ལ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བརྩི་བསྟུང་བྱ་བ།

ཐོག་མར་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པ་དེ་ཅི་ཞིག་ལ་ཟེར་ན། ལས་ཞེས་པ་ནི་སྤྱོད་གཅོད་
པ་ལ་སོགས་པ་མི་དགེ་བའི་བྱ་བ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་བྱ་
བ་དག་དང་། སྤྱིར་བཏང་གི་ཟས་ཟ་བ་དང་གོས་གྱོན་པ་ལ་སོགས་པ་ལུང་མ་
བསྟན་གྱི་བྱ་བ་ནམས་དང་ཀུན་སྒྲོང་ནམས་ལ་ཟེར། རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་དགེ་བ་
ལ་འབྲས་ཁུ་བཟང་པོ་དང་། རྒྱ་མི་དགེ་བ་ལ་འབྲས་ཁུ་རན་པ་འབྱུང་བ་དེ་ཡིན།
ལུང་མ་བསྟན་ནི་རྒྱ་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པས་ནམ་
སྤྱོད་གྱི་འབྲས་ཁུ་བཟང་པོ་དང་རན་པ་གཉིས་ཀྱང་མེད་དོ། །མདོར་ན་ལས་རྒྱ་
འབྲས་ཞེས་པ་རང་གིས་བྱ་བ་བཟང་པོ་དང་རན་པ་བྱས་པ་ལ་རྗེས་འབྲས་བཟང་པོ་
དང་རན་པ་བྱུང་བ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་ན་མི་བསད་པ་ལ་བཙོན་དུ་སྤྱོད་དགོས་པའམ་
སྤྱོད་འཆོར་བ་དང་། མིའི་སྤྱོད་བསྐྱབས་པ་ལ་ཕན་ལན་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་
ན་དུག་བཏུང་བས་ན་ཞིང་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྤྱོད་བཏུང་བས་བདེ་ཞིང་སོས་
པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་གྱི། མེད་པ་ལ་ཡོད་ཅེས་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཞིག་ནི་མ་
ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དངོས་པོ་རང་གི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་པ་ལས་གཞན་སུས་ཀྱང་རྟོག་བཟོ་བྱས་
པ་ཞིག་མིན་པར་ཤེས་དགོས། འོན་ཀྱང་རྒྱ་དགེ་བ་དང་སྤྱོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ང་ཆོས་

མ་མཐོང་ངོ་ཞེན། དག་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་གཞན་པ་ཞིག་ནི་མེད་དེ། བྱ་བ་དེ་
 དག་གི་རྒྱས་པ་དེ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེས་ན་དུག་དང་སྦྲན་གྱི་རྒྱས་པ་འང་རང་ཅག་གི་
 མིག་གིས་མི་མཐོང་ཡང་དངོས་པོ་དེ་དག་ལ་རྒྱས་པ་དེ་དག་ཡོད་པ་དེ་འབྱུང་ཟིན་
 པའི་འོག་ཏུ་གིས་པར་འབྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དགོང་དང་མི་དགོང་གང་ཡིན་
 ཡང་ལས་བྱས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འབྲས་ཁུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཚོད་མ་
 དང་ནས་དང་གོ་ལ་སོགས་པའི་འབྲུ་རིགས་དང་གིང་ཏོག་རྒྱམས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་
 ས་བོན་བཏབ་ནས་ཞག་བརྩ་བྲག་འགའ་ནས་འབྲས་ཁུ་འབྱུང་བ་དང་། ལ་ལ་ནི་སྒྲ་
 བ་འགའ་ཙམ་ནས་དང་གཞན་དག་ལོ་འགའ་ཙམ་ནས་འབྲས་ཁུ་འབྱུང་བ་སོགས་
 ཏུས་ཚོད་མི་གཅིག་པ་སྟེ་ཚོགས་ཡོད་ཀྱང་ས་བོན་བཏབ་པའི་དེ་མ་ཐག་པ་ནས་
 འབྲས་ཁུ་འབྱུང་བ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་བཞིན་དུ་ལས་རྒྱམས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་
 ལྷུར་དུ་འབྲས་ཁུ་འབྱུང་བ་དང་འགའ་ཞིག་ལྷུན་རིང་མོ་ཞིག་ན་གཏོད་འབྱུང་བ་ཡིན་
 བོ། །

དེའི་ཕྱིར་ལ་ལ་དག་འདི་སྟུམ་སྟེ། འདི་ན་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོག་དང་རིང་ལ་ཤིག་པ་
 འབའ་ཞིག་བསྐྱབས་ཀྱང་སྟག་བསྐྱལ་ལྟག་པོ་ཅི་ཡང་བྱུང་མ་སོང་བར་མ་ཟད་བདེ་
 ཞིང་སྦྱིད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ཆོག་དང་པོར་དགོང་བ་བསྐྱབས་ཀྱང་བདེ་སྦྱིད་ལྟག་པོ་
 གང་ཡང་མ་བྱུང་བར་མ་ཟད་མི་འདོད་པ་མང་པོ་ཐོག་ཏུ་བབས་པས་ལས་རྒྱ་འབྲས་
 ཞེས་པ་དེ་མེད་དོ་སྟུམ་མོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོ་འདིར་བདེ་མི་བདེ་ནི་སྦྱེ་བ་སྟེ་
 མར་དགོ་མི་དགོ་བྱས་པའི་འབྲས་ཁུ་ཡིན་གྱི། ད་ལྟའི་ལས་དང་འབྲེལ་བ་ཆེར་
 མེད། ད་ལྟ་བསགས་པའི་ལས་འདི་རྒྱམས་ཀྱི་འབྲས་ཁུ་ནི་མ་འོངས་པར་སྦྱིན་པར་
 འབྱུར་བ་ཡིན་པས་ད་དུང་དུས་ལ་མ་བབས་པ་ཙམ་ལས་འབྲས་ཁུ་མེད་པ་ག་ལ་



ཡིན། དཔེར་ན་ཞིང་པ་ཞིག་གིས་དབྱིད་དུས་སུ་འབྲུ་རིགས་མ་ལུས་པ་ས་པོན་དུ་
བཏབ་ནས་བཟང་ཆུ་མེད་པར་གྱུར་པ་ན། འགའ་ཞིག་འོང་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལོ་རྟག་དེ་
འདྲ་མང་པོ་བཏབ་སོང་བ་ལ་ད་ལྟ་ཅིའི་ཕྱིར་བཟང་ཆུ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ན་འཐད་
དམ། དེ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་གིས་དུག་ཟོས་ནས་དུག་གི་རྩུས་པ་ད་དུང་མ་ཐོན་
པའི་དུས་སུ་འགའ་ཞིག་གིས་ཁྱོད་ལ་ད་ལྟ་ན་ཆ་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཟོས་པ་དེ་དུག་
མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་ན་འདྲ་མི་འཐད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལྟར་དགེ་སྤྲེག་གི་འབྲས་ལུ་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་ལྡན་འགའ་ཞིག་ནི་ཆོ་འདིའི་ཐོག་ལ་
སྒྲིན་པ་ཡོད་དེ། ཆོ་སྟོད་དུ་ལས་བྱས་ན་ཆོ་སྒྲིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། མི་འགའ་
རེས་སྒར་ལས་ངན་པ་བྱས་པ་ལ་ཕྱིས་སུ་ལས་དེའི་འབྲས་ལུ་ཡིན་པར་འདུག་སྟེ།
པའི་མི་འདོད་པ་ཁྱད་པར་བ་མང་པོ་འོང་གིན་འདུག་པ་རྒྱུན་དུ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དེ་
འདྲ་ཡིན། ཡང་ལས་འགའ་རེ་ནི་ཆོ་འདིར་མི་སྦྱང་སྟེ་ཡང་གོ་རྒྱུ་མེད། ཆོ་ཕྱི་མ་ཁོ་
ན་ལ་སྒྲིན། འགའ་ཞིག་ནི་ཆོ་ཕྱི་མ་དེ་ཁོ་ན་ལ་འང་མི་སྒྲིན། འོན་ཀྱང་ནམ་ཞིག་ན་
སྒྲིན་པ་ཡིན། ལས་ཆ་བས་མི་ཆེ་བ་འགའ་ཞིག་ནི་ནམ་ཞིག་ན་འང་སྒྲིན་པར་མི་རེས་
པ་དེ་འདྲ་བ་ཡོད་པས་དབྱེ་བ་ལེགས་པར་འབྱེད་དགོས། དེས་ན་འགའ་ཞིག་གིས་
སྤྲེག་པ་མང་པོ་བྱས་སོང་ཡང་ད་ལྟ་སྒྲིད་པ་རེད་འདུག་པ་དང་འགའ་ཞིག་གིས་དགེ་
བ་མང་པོ་བྱས་སོང་ཡང་ད་ལྟ་བདེ་སྒྲིད་དང་ལུན་མི་འདུག་པས་ལས་འབྲས་མི་
བདེན་ཟེར་བ་ནི་རང་གིས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྩང་ཟད་ཀྱང་མི་ཤེས་བཞིན་
དུ་གྲུ་ཆོམ་དུ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་གཏམ་དེ་ཆོ་ལ་ཡིད་རྟོན་སྟེ་ཅུ་ཅུ་ཡང་མེད་པ་ལེགས་
པར་ཤེས་དགོས་ཏེ། ལས་རྒྱ་འབྲས་འདི་མེད་ཅེས་ཟེར་མཁན་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་
དོན་ལ་གནས་པ་ཞིག་སྤྲེག་ཀྱང་འགོད་རྒྱུ་ད་སྟོན་མ་རྟེན། མ་འོངས་པ་ན་འང་རྟེན་
པར་མི་འགྱུར། དེས་ན་མེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དེ་འང་ཁོ་རང་ཡིད་མི་ཆེས་པ་ཅུ་མ་ཞིག་

མཚན་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་དུ་དེས་ཅི་ཡང་མི་འགྲུབ་ཤེ། ཁོང་ཅག་གིས་མེད་
 ཅེས་བརྗོད་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་མེད་ག་ལ་འགྲོ། མིག་གིས་མ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་
 གྲུང་མེད་པར་མི་འགྲུབ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་ངལ་རྩོལ་བྱས་ཏེ་ཐུག་པོར་གྱུར་པ་ལྟ་
 བུ་ལ་མཚན་ན། དངོས་སུ་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ནི་ཁོས་ངལ་རྩོལ་བྱས་པ་དེ་
 ག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ཐུག་པོ་ཆགས་པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་དེ་སྟོན་གྱི་སྒྲིན་པ་བཏང་བའི་
 ལས་ཡིན་ཡང་རུང་ཤེ། དངོས་པོ་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན་ན་མཐོང་ས་ན་ཡོད་པ་འདི་ཙམ་
 ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། གླ་སྤྱད་འཕྲུལ་ཆས་ཤིག་གི་གླ་ལ་མཚན་ན། གླ་དེ་
 གྲག་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་མཐོང་ས་ན་ཡོད་པ་ནི་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་ལྷ་ལག་འདི་དག་ལས་
 གཞན་མེད། འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་གླ་དེ་གྲག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ད་དུང་གློག་གི་ཅ་
 རྒྱབས་མེད་ན་གླ་མི་འཕྱུང་བས་དེ་ཡོད་པར་ངེས་ཀྱང་མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་
 བཞིན་ནོ། །

དེ་བས་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ཆད་མིག་གིས་མཐོང་བ་སོགས་དགོས་བསམ་པ་ནི་གཞན་
 ལྟ་ཅི། ཚན་རིག་གི་རིགས་པ་དང་ཡང་ཤིན་ཏུ་འགལ་བ་ཡིན་པས་འདི་འདྲའི་
 གཏམ་ཐམས་ཅད་ཁོང་ཅག་རང་གིས་མ་གོ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཙམ་དུ་གཤེད་དགོས་
 སོ། །ཆོ་སྤྱི་དང་ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་ཡང་དག་གི་ལྟ་
 བ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་འདི་ཡོད་ཐབས་ལ་བརྩོན་དགོས། འདི་ཡོད་ན་
 ཡན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཤེ། ཇི་སྒྲིབ་དུ། འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་ཡང་དག་ལྟ། ཆེན་པོ་སྤུ་ལ་
 ཡོད་གྱུར་པ། །དེ་ནི་ཆེ་རབས་སྟོང་དུ་ཡང་། །ངན་འགྱོར་འགྱོ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས་པས། ཡིད་ཆེས་དེ་ཡོད་ན་ཆེ་རབས་སྟོང་དུ་འང་ངན་སོང་དུ་མི་སྒྲིབ་
 ཡིན། ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་ལས་བབས་ངན་ཅི་ཞིག་བྱེད་པས་མ་ཡང་རང་གི་



ལག་ན་ཡོད་པས་གཟབ་པར་བྱེད་དགོས། ནམ་ཞིག་ན་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་མགོ་ཐོག་
 ཏུ་བབས་པ་ན་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད། དེས་ན་འབྲས་བུ་སྟག་བསྐལ་མ་བྱུང་ན་དགའ་
 ན་རྒྱ་མི་དགེ་བ་དེ་མ་བྱེད། རྒྱ་མི་དགེ་བ་བྱས་ཟིན་ཕྱིན་སྟག་བསྐལ་མ་བྱུང་ན་
 དགའ་ཡང་འབྱུང་བར་ངེས། རང་རེ་རྣམས་ལ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པ་ཁོ་
 ན་མིན་ཡང་འཆོ་བ་སྐྱེལ་ཚུལ་གཏན་ནས་མེད་པ་མ་རེད། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་བརྟེ་
 འཆོ་བྱས་ཏེ་མི་དྲང་པོ་བདེན་པ་ཞིག་ཏུ་བྱས་ན་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་སྟག་པོ་མི་
 འོང་། ལས་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཁྱད་གསོད་བྱས་ཏེ་བྱ་བ་ངན་པ་སྣ་ཚོགས་པ་བརྒྱབས་ན་
 རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་རང་བྱས་རང་ལ་འཁོར་འོང་བ་རང་ཅག་གིས་བལྟ་ས་
 འདིར་མང་པོ་འདུག་པས་ཐེ་ཚོམ་བྱ་དགོས་དོན་མེད། དྲང་བདེན་གྱི་ངང་ནས་འཆོ་
 བ་སྐྱེལ་ཞིང་དད་འདུན་གྱི་སྒོ་ནས་དགེ་བ་རྒྱབས་དང་ཆོ་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་བདེ་
 ཞིང་སྦྱིད་པ་ཡིན་པས་མི་ལྷས་སྤངས་པ་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །
 འོ་ན་ལས་མི་དགེ་བ་ཞེས་པ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྦྱིར་གནོད་སེམས་སོགས་བསམ་
 པ་ངན་པས་བྱས་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་མི་དགེ་བ་ཡིན། དེ་ལས་གཙོ་བོ་རྣམས་.....
 བསྐྱས་ན། ལས་ཀྱིས་སྟོག་གཙོད་པ། ཀྱུ་བྱེད་པ། འདོད་ལོག་སྦྱོད་པ་གསུམ་དང་།
 རག་གིས་རྩུན་བཤད་པ། གཞན་ལ་མིང་འདོགས་མཚང་བྱ་ལྟ་བུ་ཚོགས་རྩུབ་མོ་སྦྱ་བ།
 མཐུན་པ་གཉིས་མི་མཐུན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཐ་མ་བྱེད་པ། དེ་གསུམ་པོ་མ་ཡིན་
 པའི་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གིས་བསྤངས་པའི་གཏམ་སྟེ་དག་འབྲལ་བཤད་པ་
 དང་བཞི། ཡིད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་རྒྱ་ལོར་སོགས་བྱེད་ཐབས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ལ་བརྟེན་
 ནས་རང་ལ་ཐོབ་པར་འདོད་པའམ་རྒྱ་ལོར་དེ་ལ་འདོད་པ་སྐྱེས་པ་བརྒྱབ་སེམས་
 དང་། གནོད་སེམས། ལས་རྒྱ་འབྲས་དང་ཆོ་ཕྱི་སོགས་མེད་སྒྲམ་པའི་ལོག་ལྟ་སྟེ།
 བརྩུ་བོ་དེ་ཡིན། དེ་རྣམས་ཀྱི་ལྟོག་སྟོགས་བརྩུ་ནི་དགེ་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོག་མི་གཙོད་

པར་དམ་བཅའ་བ་དང་རྒྱ་མི་བྱེད་པར་དམ་བཅའ་བ་སོགས་ཡིན། དེ་རྣམས་མི་བྱེད་
སྟུང་པའི་དམ་བཅའ་ཡོད་དགོས་ཀྱི་དམ་བཅའ་མེད་ན་མ་བྱས་པ་ཙམ་ནི་དགོ་མི་
དགོ་གང་ཡང་མིན། རྒྱ་མི་གཙོད་པར་མ་ཟད་རྒྱ་གསུབས་པ་སོགས་ནི་དགོ་བཅུ་
ཟུང་པར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་བཟང་ངོ་། །

ཁྱིམ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་དགོ་བ་བཅུ་པོ་དེ་རང་ལ་རྩས་པ་གང་ཡོད་ཀྱིས་སྤང་
དགོས། དགོ་བ་བཅུ་པོ་དེ་ཅི་རྩས་ཅི་ཚུག་གིས་བསྐྱབ་དགོས། གཞན་ཏུ་ཁྱིམ་བ་
ཡིན་པས་ཐབས་མེད་ཟེར་བའམ་འཁོར་བ་འཛིན་དགོས་ཞེས་པ་ལ་ཁ་གཏུག་ཏེ་མི་
དགོ་བ་སྤྲོ་ཚོགས་ལ་འཛེམ་མེད་ཏུ་སྦྱོད་རྒྱ་མེད་དེ། ཁྱིམ་བ་ཡིན་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་ནི་
ཟུང་དགོས། ཁ་གསོ་བའི་ཆེད་ཏུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞེས་ཞུས་ནི་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

བཅུ་བཞི་བ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་བཅའ་བ།

གོང་ཏུ་བཤད་པའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལག་ལེན་ཏུ་བཏབ་
པའི་སྟེང་ཏུ་ད་པེས་དལ་འབྱོར་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཐོབ་པ་དེ་ལ་སྟོང་
པོ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཀྱང་ཨེ་ཡོན་བཏུ་དགོས། སྟོང་པོ་དེའང་འཛིན་ཏེན་གྱི་བཙན་
པོ་དང་ཐུག་པོ་མ་བས་པ་སོགས་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཙམ་ལས་མཐར་ཐུག་
གི་དོན་ཏུ་གཉེར་རྒྱ་ནི་དེ་ཙམ་ཞིག་མིན། འོ་ན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རང་གི་སྦྱི་ཁྱ་ན་
འཆིའི་སྟུག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཅུང་ནས་གཙོད་རྒྱ་དང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་སྟུག་བསྐྱལ་མ་ལུས་པ་བསལ་ནས་བདེ་བ་མཐར་ཐུག་པ་ཐར་བའི་ས་ལ་
དགོད་པར་བྱ་རྒྱ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན། རི་སྤྱིད་ཏུ་བྱ་བ་དེ་མ་འགྲུབ་ཀྱི་བར་ཏུ་རང་ལ་
ཡོངས་སྦྱོང་དང་གོ་གནས་སོགས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ཐུན་ཐུ་རེ་ཡོད་པ་དང་། གཞན་ལ་
ཟས་གོས་སོགས་ཀྱིས་པན་རུང་ཟད་རེ་བཏགས་པ་ལ་ཏ་ལས་རྒྱ་དང་ཚོག་གིས་བྱ་



ཐུག་ཏུ་ནས་མེད། དེས་ན་པོ་མོ་ཆེན་གཞིན་སུ་ཡིན་ཡང་རུང་ཞེ། མི་རེ་རེའི་
 སེམས་ན་ཐུགས་འདུན་བར་བ་འདི་རེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས། དེ་བོད་ཆོས་ལུན་
 གྱི་ཞིང་ཁམས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་སུ་སྒྲིམ་པའི་དོན་པོ་ཡིན། རང་གི་ཡོངས་
 སྤྱོད་དང་གོ་གནས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་འདྲེ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིམ་ནས་ཆོ་བས་
 ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་སྦྱིད་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གཞན་གྱིས་རྒྱ་རྒྱ་དང་
 འཕྲོག་རྒྱུ་ཡང་མེད་དོ། །

དེར་སང་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ཡལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ན་ཁྱིམ་པ་པོ་མོ་དཀྱུས་མ་རྣམས་ལ་མ་ཁི་
 བཟང་རྒྱ་དང་ཕྱག་སྒྲོར་ཙམ་རེ་མ་གཏོགས་སྒོན་འགྲོས་སྒྲོ་རྒྱུང་རྒྱ་དང་དངོས་གཞི་
 བསྒྲུམ་རྒྱའི་སྒོ་ལ་ནི་ཆེར་མི་འདུག་ཞེ། འདི་དག་མི་སྒྲིམ་པོ་མོ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་མི་རུང་
 བ་དང་། བྱེད་མི་བཏུབ་པ་དང་། བྱེད་མི་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤེན་ཏུ་འདྲེན་གོས་
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་མི་སྒྲིམ་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱུང་གཙོ་བོ་སེམས་ཐོག་གི་དགོ་བ་འདི་ལ་བརྩོན་
 པར་བྱ་དགོས། རང་རེ་ཁམས་དང་ཨ་མ་འོ་ནས་ལྷ་སའི་བར་དུ་བརྒྱུངས་ཕྱག་
 བཙལ་ཏེ་འགྲོ་བ་ཡོད་ཀྱང་བསམ་པའི་རྒྱན་སྒྲོང་ལེགས་པར་བཙོས་མ་ཤིས་ན་དགོ་
 ཅུ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་དགལ། འོ་ན་བསམ་པ་རི་ལྷོང་བཙོས་དགོས་ཞེ་ན། འདི་ལ་
 སྤྱང་དགོས་པ་གསུམ་དང་སྤྱང་དགོས་པ་གསུམ་ཡོད། དེ་ལས་སྤྱང་དགོས་པ་དང་
 པོ་ནི། དགོ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་སྒྲུབ་ཀྱང་རུང་ཞེ། ཆོ་འདིར་རྒྱ་ཡོངས་སྤྱོད་ཡོད་པ་
 དང་། ཐོབ་གོ་ས་ཡོད་པ་དང་། ཆོང་ཁེ་སོ་ནམ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་།
 བདེ་བ་དང་སྦྱིད་པའི་ཕྱིར་དུ་དང་། ཉན་གཏོན་སོགས་མི་འདོད་པ་མི་འོང་བའི་ཕྱིར་
 དུ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མི་རུང་། དེ་བཞིན་ཆོ་བྱི་མར་རན་སོང་གསུམ་དུ་མི་ལྷོང་བཙོས་
 དང་། མཐོ་རིས་ལྷ་དང་མི་སོགས་ཀྱི་ཡུས་ཙམ་ཞིག་འཕྲོབ་པའི་དོན་དུ་འདྲེན་བསམ་

སྒོ་གཏོང་མི་རུང་ལྟེ། གལ་ཏེ་བཏང་ན་དགེ་བ་དེ་གནས་སྐབས་སུ་བདེ་བ་དང་སྦྱིད་
པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ཐར་བ་འཕྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་མི་འགྲོ་ལོ། །འོ་ན་ཆེ་འདིར་ལོངས་
སྦྱོད་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་དགེ་བ་བྱས་ན་འབྲས་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས། དེ་ནི་
མ་ཡིན་ཏེ། ལོངས་སྦྱོད་འབྱུང་བ་སོགས་དེ་དག་ནི་འབྱུང་ཡང་འཁོར་བའི་བདེ་
འབྱོར་ཙམ་ཡིན་པས་འབྲས་སུ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་འབྲས་སུ་ནི་
མེད་པས་དགོས་པ་ཆེན་པོ་མེད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

སྒྲུང་དགོས་པ་དང་པོ་ནི། འཁོར་བ་མཐའ་དག་སྟག་བསྐལ་དུ་གཤེས་ནས་དེ་ལས་
ཐར་བའི་ཐར་བ་དོན་གཉིར་གྱི་སྒོ་བཙས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་བསྐྱེད་རྒྱུ་དེ་.....
ཡིན། སྒོ་དེས་ཀྱང་ནས་བསྐྱངས་པའི་དགེ་ཅུ་ནི་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཐར་བ་
འཕྱོད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཁོ་ན་རེད་འགྲོ་བ་ཡིན། འོ་ན་སྒོ་དེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པ་ནས་
བརྒྱུད་ཞིང་ལས་སྟགས་ལས་བཟོ་ཆོང་གི་བྱ་བ་རྣམས་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པ་ཡིན་
ནམ་ཞེས། དེ་ཡང་མ་ངེས་ཏེ། བྱ་བ་དེ་རྣམས་ནི་རང་ཅག་འཇིག་རྟེན་འདིར་འཆོ་
ཞིང་གནས་པའི་ཐབས་ཙམ་ཞིག་ཡིན་གྱི། འཇིག་རྟེན་དུ་འཆོ་བའི་དམིགས་ལུལ་
མཐར་ཐུག་པ་ནི་དེ་ག་ལ་ཡིན། ཡིན་ན་དུང་འགྲོ་རྣམས་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་
ཡོད། དེས་ན་གསོན་པོར་གནས་པའི་དམིགས་ལུལ་ནི་གཏན་གྱི་བདེ་བ་ཐར་བ་
ཡང་དག་པ་བསྐྱབ་པ་འདི་ལ་བྱེད་དགོས། ཞིང་ལས་སོ་ནམ་སོགས་ནི་གནས་
སྐབས་འཆོ་ཐབས་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་བྱས་ན་ཆོག་པས་འགལ་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །
བཙམ་ལྟན་འདས་སངས་རྒྱལ་དུ་སྐྱུ་ཐུབ་པས་ཀྱང་ཐར་བ་བསྐྱབ་མཁན་ཐམས་ཅད་
རབ་བྱུང་བྱས་ནས་བྱིམ་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་དགོས་ཞེས་བཀའ་མ་སྟལ་ཏོ། །
སྒྲུང་བྱ་གཉིས་པ་ནི། རང་གི་དོན་ཁོ་ན་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་དེ་ཡིན། ཆེ་འདིའི་



ཕྱིར་རམ་ཆེ་ཕྱི་མའི་དོན་ནམ་ཐར་བ་འཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་གང་ཡིན་ཡང་འདྲ་
 ཟེ། རང་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་ལས་གཞན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་
 བསམ་སྒོ་མི་གཏོང་བ་འདི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤང་བུའི་གཙུག་པོ་ཡིན། དེས་ན་རང་
 དོན་དུ་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་སྤྱོད་འདོད་དང་སངས་རྒྱུས་འཐོབ་འདོད་ཀྱང་སྤང་
 དགོས་ན་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཅི་སྒྲིམ། དགེ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་སྤྲུབ་ཀྱང་དེ་ལ་རང་
 འདོད་སྤྱོད་ཅེ་ཙམ་ཡང་འདྲེས་སུ་འཇུག་མི་རུང་ངོ། །

སྤང་བུ་གཉིས་པ་ནི། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་པོ་ཀྱན་གྱིས་བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཐམས་
 ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་བརྩོན་དགོས། དེ་ཡང་འཛིག་
 ཉེན་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲིན་ཟས་སྒྲིན་ལ་སོགས་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་གཙུག་པོ་མི་བྱེད་པར་
 དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ཡན་བཏགས་ཏེ། ཐར་བ་ལ་འགོད་དགོས། དེ་དགོད་དགོས་ན་
 རང་ལ་དེའི་རྩས་པ་ཡོད་དགོས། རྩས་པ་དེ་མཐར་ཐུག་པ་ཡོད་ས་སངས་རྒྱུས་
 ཡིན། སངས་རྒྱུས་ཀྱང་རྒྱ་མེད་ཀྱིན་མེད་དུ་མི་འགྲུབ་ལ། ལམ་ལ་བསྐྱབས་ན་
 འགྲུབ། དེའི་ཕྱིར་བདག་གིས་སངས་རྒྱུས་འཐོབ་ཕྱིར་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲུམ་
 པའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་དེ་ཡོད་དགོས། དགེ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་བསྐྱབས་ཀྱང་ཀྱན་སྒོང་དེ་ཉིད་
 ཀྱིས་ཟིན་དགོས། དེ་ལྟར་ཟིན་ན་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་སུ་འགྱུར་རོ། །

སྤང་བུ་གསུམ་པ་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེ་ཡིན། དེ་མ་སྤངས་ན་
 གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་མི་ཤེས་ཤིང་སྤྱོད་པའི་དབང་གིས་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་
 བསྐྱབ་མི་ཤེས། རང་བདེ་འདོད་དང་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ངན་པ་དེ་ཅུ་གཏོར་
 བྱེད་ཀྱང་མི་ཐུབ། ཉོན་མོངས་པ་ལ་འཐབ་ཅོད་བྱས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁ་མི་འཐོབ་པས་
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཐར་ཐིན་པ་ཞིག་མི་འགྲུབ་པོ། །སྤང་བུ་གསུམ་པ་ནི།
 ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་ཉིད་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན། དེ་ཡོད་ན་རང་འདོད་ཀྱི་

བསམ་པ་ཅུ་བ་ནས་ཟད་པས་གཞན་དོན་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་སྐྱབ་པ་ལ་དགའ་
ངལ་མེད་དོ། །

དེ་དག་ལག་ལེན་དངོས་ལ་འདེབས་པ་ན་དགེ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་
ཀྱང་རུང་སྟེ། ཐོག་མར་སྤང་བྱ་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་སྟོང་སྟོབས་སམ་
བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེས་ཀྱན་ནས་བསྤངས་དགོས། བར་དུ་སྤང་བྱ་
གསུམ་པའི་སྐབས་ནས་བཤད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་དམ་སྒྲུ་མ་མི་ལམ་
ལྟར་དུ་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་དེས་ཅིས་ཟིན་དགོས། ཐ་མའི་ཆོན་དགེ་བ་གང་བྱས་
ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་བསྟོ་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་རྣམས་ལ་དམ་
པ་གསུམ་ཞེས་བྱ། འདིར་མཆོན་པ་ཙམ་སྟེ་རྒྱས་པར་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ད་ནི་རང་དང་མཉུན་ལམ་རིང་མོ་གཅིག་ཏུ་
ལྷགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཆེད་པོ་རྣམས་ལ་རང་གི་
བསམ་ཆུལ་འགའ་ཞིག་ལྷབ།

དང་པོ་གྲུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་བསམ་བྱ་བ།

དེང་སང་རང་རེའི་ཡུལ་མང་པོ་ཞིག་ན་བྱིས་པ་ཆུང་དུ་གཏམ་སྒྲུ་མི་ཤེས་པའི་དུས་
ནས་འདི་གྲུ་པ་བྱ་བྱུ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ནས་དགོན་པའི་ནང་དུ་རྟེན་པ་ཆུང་ཟད་རེ་བགོ་
རྒྱུ་ཡོད་ན་དེའི་སྐལ་བ་ལེན་དུ་འགོ་དེ་ནས་ཀ་ཁ་སྟོབ་པའི་དུས་ནས་གྲོང་ཆོག་ཞིག་
ཏུ་འགོ་རྒྱུ་ཁོ་ན་གྱ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ། ཆོག་མང་པོ་ཁ་བྱང་དུ་གཏོང་བ་ཙམ་སྟོབ་ཏུ་
འཇུག་དེ་ནས་གྲོང་ཆོག་གི་རྗེས་སྐྱབ་ཙམ་ནས་དེ་ཁོ་ནར་འབད་པ་ལས་ཐོས་
བསམ་ཞིག་དགོས་སྤང་ཡང་མི་འཆར། དེ་ལྟར་བྱས་པས་གྲུ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་མི་



ཤེས་པའི་དབང་གིས་སྤྲུལ་ཀ་ཞན་ལ། གཞན་ལྟ་ཅི་བསྐྱབ་བྱའི་རྒྱུ་གངས་ཙམ་
 ཡང་མི་ཤེས། རབ་རྩ་བྱུང་ཡང་འདྲལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱང་རྩུ་མེད་རྩུ་བོར་བས་
 བྱིས་འདྲལ་བ་བྱུང་བའི་ཤེས་ནས་བརྟགས་པ་ན་བསྐྱབ་པ་ལ་སྤྱར་ནས་མ་གོ་མ་ཆོར་
 བའི་ངང་ནས་སྤྱོད་ཞུགས་ཟིན་པ་མང་པོ་སྤྱང་། ཆོས་མ་ཤེས་བྱིན་བྱའི་ཆས་གོས་མི་
 འདྲ་བ་ཙམ་ལས་ནང་གི་བསམ་པ་མི་སྤྱུ་ལལ་བ་རྣམས་དང་ཁྱད་མེད་རྩུ་འགྱུར་
 ལ། བྱང་དོར་གྱི་གནས་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་མི་རིགས་པའི་བྱ་བ་སྤྲོ་ཆོགས་
 བྱེད། དེའི་དབང་གིས་བསྟན་པ་ལ་སྤྱོད་སྤྱར་མང་པོ་འབྱུང་སྟེ། འདི་རྣམས་བསྟན་པ་
 རུབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱའི་ཅ་བ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཞེན། བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡི་གེ་འབྲི་སྟོག་ལེགས་པོ་ཞིག་ཤེས་པའི་
 འོག་རྩུ་སྤྲུལ་རྟགས་དག་གསུམ་དང་། སྟན་ངག་དང་རྒྱར་ཅིས་སོགས་བྱན་མོང་གི་
 རིག་གནས་རྣམས་དང་། མི་རིགས་གཞན་དག་གི་སྤྱད་ཡིག་བཙས་ལེགས་པར་
 སྤྱང་རྩུ་འཇུག་དགོས་ཏེ། རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུ་ལེགས་པོ་ཚུགས་པ་གལ་ཆེ། དེའི་
 འོག་རྩུ་ད་གདོད་ནང་བསྟན་གྱི་སྟོབ་བྱ་ཞིག་རྩུ་བཞག་སྟེ། དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཐོས་
 བསམ་མིམ་པ་བཞེན་རྩུ་བྱེད་རྩུ་འཇུག་དགོས། ཁྱད་པར་རྩུ་འང་དགོན་དཔོན་གྱི་
 འགན་བཞེས་པའི་ན་གཞོན་རྣམས་ཀྱིས་མདོ་སྟགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་བསྐྱར་དེས་
 ཅན་ཞིག་གནང་དགོས་ཀྱི། གཞན་རྩུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྟན་པ་སྤྱིའི་འགོ་ཡུགས་ལ་
 གོ་བ་ཙམ་ཡང་མ་ཆགས་པའི་གཞོན་རྩུ་རེ་ལ་སྟེས་བྱ་དམ་པ་རེའི་མཆན་གསོལ་
 བས་ཡུལ་དགོན་གཉིས་ཀ་ལ་དབང་སྤྱར་རྩུ་འཇུག་པ་འདི་ནི་ལོང་བས་ལོང་བ་བྲིད་
 པ་ལྟར་རྩུ་འགྱུར་གྱིད་དེ། ཡུལ་སྟོགས་མང་པོ་རྣམས་སྤྱད་གོན་པ་དག་གི་ནང་ན་
 འཆད་ཉན་གྱི་མིང་ཙམ་ཡང་མེད་པ་འདི་དགོན་དཔོན་རྣམས་ལ་བཤད་སྐབས་ཀྱི་
 བསྟན་པ་གཙོ་བོར་འཛིན་དགོས་པའི་གོ་བ་མ་ཆགས་པའི་ལན་པ་ཡིན། དེས་ན་

དགོན་པ་སོ་སོས་བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་བསྟན་པ་རེ་ལ་གཞི་གཟུང་། འདུལ་བ་ཡང་དག་
 པ་ཤེས་པའམ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་རེ་མ་ཡིན་ན། དགོ་ཚུལ་དང་དགོ་
 སྟོང་གི་སྒྲུབ་པ་ལེན་དུ་མི་འཇུག་ དེ་ལྟར་བྱས་པས་གྲུ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དམ་པའི་
 ཆོས་ཀྱི་ནང་དོན་ཤེས་པས་གང་ཐད་ནས་སྤྲུལ་ཀ་རེ་བཟང་དུ་འགྲོ་བསྟན་པ་དང་
 སེམས་ཅན་ལ་ཡན་ཐོགས་པ་མང་པོ་འབྱུང་། དེའི་དབང་གིས་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་
 ཆེ་དང་ཞིང་རྒྱས་པ་ལ་ཡན་པ་ངེས་ཅན་ཞིག་འབྱུང་བར་གོར་མ་ཆག་གོ།
 དེའི་ཕྱིར་དགོན་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་བཤད་གྲ་ཆད་ལྡན་རེ་འཇུགས་རྒྱ་འདི་ལས་
 གལ་ཆེ་བ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པས་དགོན་དཔོན་སྤྱོད་མ་སྤྱུལ་སྤྱོད་དགོ་སྤྱོད་སོགས་
 ཀྱིས་ཆེས་ཐོག་མར་ཐུགས་བསམ་བཞེས་ས་དེ་འདི་ཁོ་ན་ལ་བྱེད་དགོས་ཏེ། དགོན་
 པའི་ནང་དུ་བསྐབ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་སྡེ་དང་། བཤད་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱ་
 པ་ཅི་རིགས་པ་རེ་ཡོད་དགོས་ཀྱི། དེ་གང་ཡང་མེད་ན་བསྐབ་པ་གསུམ་གང་དང་
 ཡང་མི་ལྡན་པའི་མི་མང་བའམ་ཁང་སྟོང་ཆེན་པོ་འགའ་རེ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་ཡན་པ་
 ཅི་ཞིག་ཡོད། དགོན་པའི་བྱ་བ་གཞན་པ་རྣམས་བཤད་སྒྲུབ་གཉིས་ཀྱི་ཡན་ལག་
 ཙམ་ཡིན་པས་རན་ཙམ་རེ་ཡོད་ན་དེས་མ་ཆོག་པ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྟོབ་གཉེར་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསམ་སྟོར་རྣམ་དག་བྱ་བ།

སྤྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ལ་སྤྱད་ས་ནས་སྟོན་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་དགོས་པ་
 ཡིན་ལ། དེ་ལས་ལྷག་པ་གཞན་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་འདིར་དམིགས་བསམ་ལ་དུ་ཞུ་
 རུའི། སྟོབ་གཉེར་པ་རྣམས་ལ་དང་པོ་སྟོབ་གཉེར་ལ་བརྩོན་པའི་དུས་ཉིད་ནས་
 ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་ཡང་གང་ཡིན་ཞེ་ན། བདག་
 གིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་སྟོབ་སྟོང་ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱས་ཏེ།



བཟུན་པ་ལ་སྤྱི་ཁྱད་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་ཅི་ཐོགས་ཤིག་བྱ་དགོས་སྟུག་པའི་སྒོ་
བཙོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། གལ་ཏེ་མེད་ན་འབད་དེ་བསྐྱེད་པར་བྱ་ལ།
དོན་དེ་དག་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་དུ་རྟག་པར་སྒོན་ལམ་གདབ་དགོས། གཞན་དུ་ཆེ་
འདིར་རང་ལ་རྟེན་བཀུར་གྲགས་བསྟོད་འཐོབ་པ་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཐོས་བསམ་བྱས་
པ་ལ་དགོས་པ་ཆེར་མེད། དམིགས་ཡུལ་འདི་ཡིན་གྱི་གཏད་སྟེ་ཡང་མེད་པར་
ལུང་མ་བཟུན་གྱི་བསམ་བསམ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པ་ལའང་དོན་སྒྲིལ་ཆུང་ངོ་། །

སྒོ་བ་གཉེར་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆོད། རང་གིས་ངལ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱབས་པའི་རིག་
གནས་དེས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་ཕན་ཅི་ཐོགས་གང་
ཐོགས་བྱ་དགོས། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་ཐོགས་ན།
བཟུན་པའི་སྤྱི་ཁྱད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བཟུན་པ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་གནས་པའི་
དགོས་ཆེད་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲོལ་བ་དེ་ག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཟུན་པ་འཛིན་
སྒྲོང་སྒྲེལ་བར་བྱས་ན། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པའང་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བཟུན་
པ་གནས་ན་དེའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་བགྲང་གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་གིས་ཐར་བ་
འཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་ཡུལ་གང་སྤྱིད་དང་རྟེན་པ་གར་ཡོད་ཐོགས་
རང་གི་དོན་ལ་མི་སེམས་པར་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་གིང་འབྱུང་བ་མེད་པའི་ས་ཕྱོགས་
རྣམས་སུ་ཐོང་ནས་བསམ་པ་དག་པས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་
གདགས་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་སྤྱི་ཕན་སྐྱབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་ཆོས་འཛིན་སྒྲེལ་བྱ་གྲ།
དེར་དུས་སུ་རང་རེའི་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་ཆེན་ལུས་པ་བྱུང་བྱེད་ཡོད་པ་འགའ་རེས་ནོར་ཇུས་
མང་དུ་བསྐྱས་ནས་ལྟ་བུ་རྟེན་བཞེངས་མང་པོ་བྱེད། དེ་དག་གི་ཕྱིར་དུ་ཡུལ་བའི་
ཐོག་ལུག་ཐོགས་སེམས་ཅན་རྣམས་མཐར་བཞགས་རྩར་ལྟར་བར་འགྱུར་ཞེས་ཟེར་

མོད། བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཐུགས་རྒྱད་ལ་མངའ་བའི་སྒྲིམ་བྱ་དཔལ་དག་གིས་ནི་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་ཤིད་སྒྲུམ་སྟེ། དེས་ན་སྦྱར་འདེབས་གིག་ཡིན་ལས་ཆེ། གལ་ཏེ་བདེན་ན་ནི། དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་སྟེག་སྟུག་གིས་བཞེངས། ཆེ་ཕྱི་མ་རྒྱང་ལ་བསྐྱར་ཞེས་བདེ་ག་དངོས་མིན་ནམ་སྒྲུམ་མོ། །

ལར་དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་བཞེངས་པའང་དགེ་བ་དང་ཕན་བ་ཆེ་ལ། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ན་རང་ཅག་གི་དགོན་གནས་ཀྱི་རྟེན་དང་བརྟེན་བ་ཐམས་ཅད་གཞི་མེད་དུ་བཏང་བས་དེད་དུས་སུ་གསར་བསྐྱབ་མི་བྱ་ཐབས་མེད་དང་། ལྷན་པར་དུ་ས་གནད་དམིགས་བསལ་བ་ནམས་སུ་རྟེན་བཟང་པོ་རེ་བཞེངས་རྒྱ་བྱུང་ན་དེས་བསྟན་འགོ་སྤྱིའི་རྒྱད་པ་གསོ་བའང་ཡོད་མོད། དེར་སང་གི་དུས་སུ་གིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ནི། རབ་ན་བཤད་རྒྱལ་གྱི་ཆོས་སྟེ་ཆེ་ཆུང་ཅི་རིགས་པ་རེ་དང་། དེ་མ་བྱུང་ཡང་པོད་ཀྱི་བྱིས་པ་ནམས་ཀྱིས་སློབ་སྦྱོང་བྱ་ལལ་གྱི་སློབ་གྲ་རེ་བཅུགས་ཏེ། དེའི་ནང་ནས་བསྟན་པ་དང་འགོ་བ་ལ་ལྷག་བསམ་ཡོད་ཅིང་དཔལ་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོ་བ་ལེགས་པོ་དང་ཐུན་མོང་གི་རིག་གནས་གསར་རྟོང་གི་སེམས་ཡོན་ཡོད་པའི་ན་གཞོན་ལྷ་རེ་སྦྱེད་བསྐྱངས་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་གི་ལས་གནས་སོ་སོར་གཏོང་རྒྱ་བྱུང་ན། མ་འོངས་པའི་བོད་ཀྱི་བསྟན་འགྲོའི་མདུན་ལམ་ལ་དེ་ག་རང་ཕན་ཆེ་བར་སེམས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གནས་ན་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། མིའི་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་བསྟན་པ་ལ་དད་གཏུང་མེད་པར་གྱུར་ན་གཙུག་ལག་ཁང་དང་འདག་སྐྱ་ཆེན་པོ་རེ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་བསྟན་པ་གནས་པའི་གོ་ཆོད་ཆོད་མི་འདུག དེས་ན་མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟན་པ་སྤྱི་ཆོགས་པ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ནས་རྟེན་བཞེངས་བྱེད་ཁུལ་བྱེད་པ་འདིས་བསྟན་པ་ལ་ཕན་



པ་ཡིན་ནམ་གཞོན་པ་ཡིན་དཔེ་བ་འབྱེད་དགའ་བར་སེམས། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱལ་
 གྱི་བརྟན་པ་གནས་པའི་ཐབས་བྱེད་ན་འང་མིའི་སེམས་ཀྱི་ནང་དུ་གནས་ཐབས་བྱེད་
 དགོས་པ་ཡིན་པ་འདི་ཐུགས་ལ་འཛིན་པར་ལྷོ། གཞན་ཡང་དུ་ཐུག་དང་ནས་
 འཁོགས་གསོ་བ། སྒྲན་ཁང་འདྲེགས་པ་དེ་དཔེ་བ་དང་འཛིགས་པ་སྒྲོབས་པ་
 སོགས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཕན་པ་སྒྲུབ་པའི་བྱ་བ་འདི་དག་སྤྱིར་ཐེག་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་
 དཔའི་དང་དུ་སྒྲུབ་བྱའི་སྒྲོན་པའང་ཡིན་ལ། ཟུང་པར་དུ་ཚུལ་འདི་དག་ལ་བརྟེན་
 བས་དམ་པའི་ཚོས་དང་ཚོས་ཀྱི་ཕན་འབྲས་དར་སྒྲེལ་བྱས་ན་སྒྲིབ་ཆུང་སྒྲུབ་པ་
 ལ་དང་འདྲན་ཆེ་བའི་རྒྱར་ཡང་འགོ་ལ། དེའི་དབང་གིས་བརྟན་པ་ཡང་གནས་པར་
 འགྱུར་རོ། །

མདོར་ན་བསམ་པ་དང་སྒྱོར་བ་དྲི་མ་མེད་པས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་
 འདོད་པའི་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པ་ཁོ་ནས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཟིན་
 པར་བྱེད་དགོས། དེ་འདྲའི་གྲེས་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་ན་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་མང་པོ་ལ་
 དེས་པ་དོན་གྱིས་ཕན་ཐོགས་པར་འགྱུར་ཞིང་བརྟན་པའང་རིང་དུ་གནས་པར་
 འགྱུར་རོ། །གཞན་དུ་ཚོས་པར་ཁས་འཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་ལོངས་སྤྱོད་དང་ཆེ་
 འདོན་ཁོ་ན་ཞེ་ཐུགས་སུ་བཅུག་སྟེ། རང་འདོད་ཀྱི་བྱ་བ་སྤྲོ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་པ་
 ལས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་ཕན་ཐོགས་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བའི་
 ཆེ་ན། མི་རྣམས་ཀྱི་སེམས་དང་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་བར་ཐག་ཇེ་བས་ཇེ་རིང་དུ་འགོ་
 བར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་བ་མཇུག་འབྲས་མི་ལེགས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་རྒྱན་གཙོད་རྒྱ།

དེང་དུས་སུ་ཡུལ་འགའ་རེ་ན་ཁྱིམ་ན་གནས་པའི་ཐུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདུལ་བ་
 དང་ཅུ་བ་ནས་མི་མཐུན་པར་རང་ཉིད་གཅིག་ཤུས་ཚོགས་པ་རབ་དུ་མང་པོ་ལ་

དབང་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་དགེ་ཚུལ་དང་དགེ་སློང་གི་སྒྲིམ་པ་འཕོག་པར་བྱེད་
 ཅེས་ཐོས་ཏེ། གལ་ཏེ་བདེན་ན་འདི་ནི་གིན་རྒྱུ་མི་འོས་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་དེ་དག་གི་རྒྱད་
 ལ་སྒྲིམ་པ་མི་སྟེ་ལ། དེ་དག་དགེ་འདུན་པའི་གལ་དུ་སོང་ནས་ལས་ཉམས་སུ་བྱུང་
 བར་བྱས་པས་རྒྱ་ཐབས་སུ་གནས་པར་གྱུར་ཏེ་རྒྱད་ལྔ་གསུམ་པར་འགྱུར་བའི་
 བྱིར་རོ། །སྤྱིར་སྤྲུགས་པ་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཡོན་ཏན་ཆེ་མོད། བསྟེན་
 རྟོགས་སྐྱབ་པ་སོགས་འདུལ་བའི་ལས་འདི་དག་ལ་མི་དབང་སྟེ། འདི་རྣམས་ནི་
 རབ་རྒྱ་བྱུང་བ་ཁོ་ནའི་ལས་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་བྱས་ན་འདུལ་བའི་བསྟན་
 པ་ལ་གིན་རྒྱ་གཞོད་པས་སྤྲུགས་པའི་ལས་ནི་བསྟེན་སྐྱབ་ལས་གསུམ་སོགས་ཡིན་
 པས་དེ་རྣམས་སྤྲུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ནས་བཞུགས་པར་བྱ།

ཡང་ཡུལ་སྤྱོད་ལས་འགའ་རེའི་བྱིམ་པ་ལས་བ་རྣམས་གྱིས་སྐྱུ་བཅད་དེ་གྲ་བའི་ཆས་
 སུ་བྱས་ཏེ། སྤྲུགས་གཞན་དག་རྒྱ་སོང་ནས་སློང་མོ་དང་རྒྱ་འཕྲོག་བྱེད་པའི་གནས་
 ཚུལ་ད་ཕྱོག་མང་དུ་བྱུང་སྟེ་མཇུག་འབྲས་གིན་རྒྱུ་མི་ལེགས་པ་བྱས། གྲ་བ་འགའ་
 རེས་ཀྱང་རྒྱ་རིགས་སོགས་མི་མང་པོ་འདུས་སྟོད་བྱེད་པའི་གྲོང་ཁྱེར་དང་ལམ་གྲིང་
 གི་བཞི་མདོ་དང་ཆོང་ཁང་གི་སྒོ་དུང་སོགས་སུ་སོང་ནས་སློང་མོ་འབའ་ཞིག་བྱེད།
 ཟས་ཁང་དང་ཆོང་ཁང་དག་གི་ནང་དུ་ཉལ་ཏེ་མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཤོག་སྒྲོར་སློང་། མ་
 བྱེན་ཆེ་མི་རྣམས་གྱི་གོས་གྱི་སྒྲེའམ་རྒྱང་པ་དང་ལག་པ་ལ་འཐམས། སྒྲེ་བོ་ཐམས་
 ཅད་གྱིས་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ཡིད་ཁྲོ་ལྡང་རེ་འགྲོ་བ་ཞིག་བྱེད། དཔེ་འབྱེད་མི་ཤེས་
 པ་རྣམས་གྱིས་ཆོས་པ་ཞེས་པ་འདི་དག་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པས་སྒྲིང་བོ་ཅི་ཡང་མི་
 འདུག་སྟུམ་དུ་ཡི་ཆད་གཏིང་ནས་སྟེ། བམ་ཞིག་ན་མི་རྣམས་གྱིས་བོད་ཀྱི་གྲ་བ་
 གོས་དམར་པོ་བྱོན་པ་དག་མཐོང་བ་ན་སྐྱང་བོ་འམ་ཆོམ་རྒྱན་པའི་སྟུམ་པའི་རྟོག་པ་



དང་གིས་སྒྲིབ་ཞིག་བྱེད་བཞིན་པ་ཡིན་ལ། བྱ་བ་འདི་དག་ནི་བསྟན་པ་དང་
དགོ་འདུན་སྒྲིའི་སྒྲ་འབབ་ཏུ་འགོ་ངེས་པས་སྤྲད་ནས་མཚམས་འཇོག་འོང་ཐབས་
གིག་བྱེད་པར་ཅིས་ཀྱང་ལུ་བ་ཡིན། ས་སྒྲིགས་དེ་དག་གི་དགོན་པ་དང་སྤྲ་མ་དག་
གིས་ཀྱང་ཐུགས་ཁུར་ཞིག་མི་བཞེས་སུ་མི་རུང་ངོ་། །

དེང་སང་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྲོད་པ་མ་ལགས་པ་རེ་རྒྱང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་མོད། དང་
ལྟན་མང་ཆོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་འདི་དག་དམ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་བྱེད་
མི་ཐུབ་པའི་གང་ཟག་སྒྲེར་གྱི་ཉེས་པ་ཡིན་གྱི། ལྟན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོངས་པ་
དང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་ལས་ནི་འདི་ལྟར་
གསུངས་པ་མེད་དོ་ཞེས་དབྱེ་བ་ལེགས་པར་འབྱེད་དགོས་ཀྱི། གང་ཟག་འགའ་རེ་
ལས་དཔག་སྟེ་ཆོས་ལ་སྒྱར་བ་གདབ་མི་འོས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར་
རོ། །

ཡང་དགོ་འདུན་གྱི་བྱིར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་ཕྱོག་གཅོད་དུ་འཇུག་པ་དང་། རྟན་
བཞེངས་ཀྱི་བྱིར་དུ་བརྒྱད་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་ཕྱོག་གཅོད་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྒྲ་
ཆེན་རྒྱམས་གཞན་གྱི་ཁྱིམ་དུ་གདན་ཞུས་བྱེད་པའི་ཆོན་དའི་གསོལ་ཆོགས་ཀྱི་བྱིར་
དུ་དང་། སྒྲ་མ་དང་གྲུ་བ་སྒྲེར་གྱི་ཁ་ཟས་ལ་སོགས་ཀྱི་བྱིར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་ཕྱོག་
གཅོད་དུ་འཇུག་པ་སོགས་མདོར་ན་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཆེད་དུ་བསམས་ཏེ་
སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་དང་ཕྱོག་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་འདི་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་
ཆོས་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་ཐམས་ཅད་དང་གཉིང་ནས་འགལ་བས་ངེས་པར་དུ་སྤྲད་དགོས་།
གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱས་པའི་བསྟན་པ་དང་སེམས་
ཅན་ལ་གནོད་ཆད་སེམས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡོད་རྒྱམས་སྒོ་ལྟན་རྒྱམས་ཀྱིས་བརྟགས་ཏེ་
འཕྲོ་གཅོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་པས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དངོས་

གཙང་ཞིང་ཡུན་རིང་ཏུ་གནས་པར་འགྱུར་ལ་དེའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་བགྲང་
གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་པན་པ་དང་བདེ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་དམངས་ཁྲོད་ཏུ་དམ་པའི་ཚོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་

བྱུང་བར་ལ་ཏུ་གཏོང་གྱ།

རང་རེ་བོད་ལ་མཚན་ན་བྱིས་པ་རྒྱུད་ཅུའི་ཏུས་ནས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་དད་པ་
བྱེད་ཤེས་པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡི་རངས་པའི་གནས་ཤིག་རེད། འོན་ཀྱང་དད་པ་བྱེད་
ཚུལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཤེས་པ་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཡང་རྩེད་དགོན་པར་སྒྲུང་།
དེང་སང་སྤྱི་མ་རྒྱུས་དམངས་ཁྲོད་ཏུ་བྱོན་ནས་དབང་ཆེ་རྒྱུ་ཚོགས་པ་སྒྱུར་བ་
དང་། སྐྱགས་མང་པོ་བསྐྱས་བརྗོད་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་དང་། ཏུང་ཆང་རྒྱ་ལ་སོགས་
པའི་སྦྱོད་རན་འགའ་རེ་འགོག་པའི་སྒྲ་ལ་ཙམ་སྒྲུང་བ་ནི་སྦྱིར་ལེགས་མོད། འོན་
ཀྱང་ཚོགས་མང་སྦྱི་ལ་དབྱེ་བས་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་དབང་སྒྱ་ཚོགས་པ་གར་བབ་
བབ་ཏུ་སྒྱུར་བ་ནི་ཉེན་ཆ་བས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་སེམས་ཏེ། སྤྱི་མ་ལ་དབང་སྒྱུར་ཚོག་
པའི་མཚན་ཉིད་དང་། སྤྱོད་མ་ལ་དབང་གི་སྐྱབས་ཀྱི་དམིགས་པ་རྒྱུས་ཀྱི་བརྒ་
འཕྲོད་པ་སོགས་དབང་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཤྱེན་རྒྱུས་ཡང་དག་པ་ཞིག་ཆང་བ་
གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་རྩེད་དགོན་པས་དང་པོ་དབང་འཐོབ་རྒྱུ་དང་དགའ་ལ། གལ་ཏེ་
དབང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཀྱང་སྤྱི་མ་ས་དམ་ཚོག་བསྐྱུང་དགོས་པ་སྤྱིང་ཙམ་ཡང་མི་
མཛད། དབང་ཁུ་པ་པོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་དམ་ཚོག་ཅེས་བྱ་ཞིག་བསྐྱུང་རྒྱ་ཡོད་སྒྲུང་
ཙམ་ཡང་མི་འཆར་བས་པལ་ཆེར་དམ་ཉམས་སུ་གྱུར་ཏེ་རན་སོང་ཏུ་འགོ་བའི་རྒྱ་
བྱེད། དེས་ན་དབང་ཐོབ་པའི་པན་ཡོན་དང་དམ་ཚོག་ཉམས་པའི་ཉེས་པ་གཉིས་
གང་ཆེ་དབྱེ་འབྱེད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བས་འདི་ལ་སྤྱོད་གཉིས་ཆར་བྱིས་



ངེས་པར་དུ་གཟབ་དགོས་པར་འདུག་སྟུང་མོ། །

གཉིས་པ་གཟུངས་སྒྲགས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་
དང་བསྐྱེད་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པར་ཁ་ཡང་མིག་ཡང་གིས་སྒྲགས་གྲངས་བགྲང་བ་
ཙམ་ལ་དོན་དེ་ཙམ་མི་ཆེ་བར་གསུངས་སོ། །

འོན་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས་ཞེན། རང་རེ་བོད་ཆོས་ལུན་གྱི་ཁིང་ཁམས་ཞེས་ཡོངས་སུ་
གྲགས་མོད། ད་ལྟ་ལུལ་གྱི་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་ན་ཁྱིམ་པ་པོ་མོ་རྣམས་གྱིས་དམ་
པའི་ཆོས་ཞེས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་དང་ཆོ་ཕྱི་མར་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཅིག་ཡིན་སྟུང་པ་
ཙམ་དང་ཁ་ནས་མ་ཁི་ས་དུ་རེ་འདོན་ཤེས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་དམ་པའི་ཆོས་གྱི་
ནང་དོན་དངོས་དང་དེ་བསྐྱབ་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཅུ་བ་ནས་གོ་བར་མི་འདུག་ བོད་
གྱི་སྐད་ཡིག་གི་སྟེང་ན་བཀའ་བསྟན་མདོ་སྒྲགས་གྱི་ཆོས་ཚུལ་ཇི་འདྲའི་ལུན་སུམ་
ཆོགས་པ་ཞིག་འདུག དེ་འདྲ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཆོས་གྱི་གོ་དོན་ལལ་བ་ཙམ་ཡང་མ་
རྟོག་པས་མི་རབ་དུ་མང་པོ་ཞིག་ཆོས་ས་ཆོས་ལུལ་དུ་སྒྱེས་ཀྱང་ཆོས་མེད་ལག་སྟོང་
དུ་ཆོ་ཕྱི་མར་ཆས་དགོས་བྱུང་སྟེ། འདི་ནི་ཆོས་ཡིད་ལམ་པའི་གནས་ཤིག་རེད། འོ་
ན་དེའི་ཅུ་བ་གང་ལ་ཐུག་ཡོད་ཅི་ན། རང་རེ་རྣམས་གྱིས་དད་ལྡན་མང་ཆོགས་གྱི་
ཁྲིད་དུ་དམ་པའི་ཆོས་གྱི་གོ་དོན་བྱུང་གང་ལ་དུ་སྟེལ་མ་ཐུབ་པའི་སྒྲིན་དེ་ལ་ཐུག་
ཡོད། དེས་ན་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཆོ་རེ་ལ་དགོན་པ་རེ་ཡོད། དགོན་པ་རེ་ལ་དགོན་
དཔོན་གྱི་སྐུ་མ་དང་དགེ་སྟོན་སོགས་ཆོགས་པ་ཆ་ཆར་རེ་མེད་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་
པས་དེ་རྣམས་གྱིས་འགན་བཞེས་ཏེ། དགོན་པ་རང་དང་འབྲེལ་པའི་མང་ཆོགས་
རྣམས་ལ་དགེ་སྟོན་སྐུ་དོར་གྱི་གནས་རྣམས་རང་གིས་ཤེས་ན་རང་གིས་ཁྲིད་ལྟོན་
བྱེད་རྒྱ་དང་། མ་ཤེས་ན་ཤེས་མཁན་གཞན་ནས་བཙུལ་ཏེ་གོ་བརྟུང་ཡང་དག་པ་རེ་
སྒྲིད་དགོས། གཞན་དུ་སྐུ་དོར་གྱི་གནས་རྒྱང་ཟད་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ཁྲིམ་

དབང་རེ་བསྐྱར་བ་དང་མ་ཅི་རེ་བགྲང་དུ་བརྟུག་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གོ། །བོད་ཆོས་
ལུན་ཞིང་གི་མང་ཆོག་སྐུམ་སྐུམ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་གུས་དང་སྤྱོད་
དགོས་ལ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་བོད་མི་མང་ཡོངས་ལ་ཆོ་འདི་བྱི་གཉིས་ཀར་
དོན་ཡོད་པའི་ཕན་ཐོག་དགོས། ལས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་བོད་ཀྱི་དགེ་འདུན་པ་
རྣམས་ལ་རག་ལས་ཡོད་པས་བྱག་ས་ཁྲུང་བཞེས་དགོས་སོ། །

འོ་ན་ཆོས་ཀྱི་གོ་བདེ་སྤྱོད་པའི་རིམ་པ་དེ་ལྟར་ཞེན། ཐོག་མར་སྐྱབས་འགྲོའི་ཡན་
ཡོན་དང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་བདེ་སྤྱོད་དེ་སྐྱབས་འགྲོའི་སྒོམ་པ་
སྤྱིན། བསྐྱར་བྱ་རྣམས་ལེགས་པར་བཤད། དེ་ནས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་དང་
བསྐྱར་ཚུལ་རྣམས་བདེ་སྤྱོད་དེ་སྦྱ་གཅིག་ནས་ཡོངས་ཚོགས་དགེ་བསྐྱེད་པར་གྱི་
སྒོམ་པ་རྣམས་སོ་སོའི་རྣམས་ཆོད་དང་བརྟུན་ཏེ་སྤྱིན། དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་གོ་པར་མ་
བྱས་པ་དང་། རང་རང་གི་རྣམས་ཆོད་དང་མ་བརྟུན་པར་དབྱེ་བསལ་མེད་པར་ནམ་
ཡང་མི་སྤྱིན། ཁྱད་པར་དུ་འང་ལོ་རྒྱུད་རྣམས་ལ་འདོད་ལོག་དང་མ་བྱིན་པར་ལེན་
པའི་སྒོམ་པ་གཉིས་བསྐྱར་བྱ་བ་མིན་ཞིབ་པར་མ་བརྟགས་པར་མི་སྤྱིན། དེ་ནས་
དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་དང་། ཐར་བའི་ཕན་ཡོན། འཁོར་བའི་ཉེས་པ། ཆོས་
ཕྱི། ལས་རྒྱ་འབྲས་བཅས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་རྣམས་བཤད། དེ་ནས་དེ་རྣམས་ལག་
ལེན་དུ་འདེབས་པའི་ཆོ་ན་དགེ་སྤྱིག་སྤང་དོར་བྱ་ཚུལ་སོགས་མདོར་ན་སྦྱེས་བུ་
གསུམ་གྱི་ལམ་ཉམས་སུ་སྤང་ཚུལ་རྣམས་ཁ་གསལ་གནད་བསྐྱས་ཉམས་སུ་སྤང་
བདེ་བ་ཞིག་གོ་བདེ་ཡང་དག་པར་སྤྱོད་རྒྱུ་དེ་གིན་ཏུ་གསལ་ཆེ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་རེ་ནང་
པའི་ཆོས་འདི་ནི་རང་གི་ལུང་ལས་བཟང་པོ་དང་ཡང་དག་པ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་
ཙམ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་གང་གི་ཐད་ལ་འང་རྒྱ་མཚན་རྣམ་པར་



དག་པའི་ཐོག་ནས་དོ་སྤྲོད་རྒྱ་ཡོད་པས་དེ་ཤེས་སུ་འཇུག་པ་དེ་ཅི་བས་ཀྱང་གནད་
ཆེན། །

དེ་བས་ན་སྤྲོས་སུ་ལྷག་བསམ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཤེས་རབ་དང་སྦྱིང་
སྦྱོབས་ཁུར་དུ་བྱིར་ཏེ་རོང་འབྲོག་གི་ཡུལ་ལྷེ་སོ་སོར་སོང་སྟེ། མང་ཆོག་ས་ཀྱི་
གཏིང་དུ་ཞུགས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དར་སྤེལ་དུ་གཏོང་དགོས། མ་
འོང་པར་མཐུན་སྟེན་ཆོག་ས་པ་ན་གྲོང་གསེབ་དང་གྲོང་བྱིར་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་དུས་
ཡུན་རིང་བྱུང་ཅི་རིགས་པའི་སྦྱོང་བརྩམ་འཛིན་གྱ་འཇུག་ས་པར་བྱེད་དགོས། དེ་
ཡང་སྦྱིར་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ན་ཆོས་དར་ཡང་མཐའ་མཆོམས་ལ་སོགས་ཡུལ་གྱ་མང་པོ་
ན་ཆོས་གཤའ་མ་གྱིན་ཏུ་དགོན། དེ་དག་ཏུ་རང་ཡུལ་ན་ཆོས་ཤེས་པ་དང་འཆད་
པའང་མེད། ཡུལ་གཞན་ནས་རང་མོས་ཀྱིས་འོང་བའང་མེད། གདན་ལུ་བྱེད་པའི་ཆ་
སྟེན་ཡང་མེད་པས་མི་མང་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་ལེགས་པོ་ཞིག་སྒྲུབ་མི་ཤེས། དེས་ན་
དཔུལ་པོ་ཉམ་རྒྱུད་ཆོས་མེད་ཀྱི་ཡུལ་དེ་དག་ཏུ་རང་མོས་ཀྱིས་སོང་སྟེ། བན་སེམས་
ཁོ་ནས་དམ་པའི་ཆོས་འཆད་སྤེལ་བྱ་དགོས། ཡང་གྲོང་བྱིར་རྣམས་ནི་དཔལ་འབྱོར་
དང་རིག་གནས་ཀྱི་ལྷ་གནས་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་སུ་འང་བྱུང་སྤེལ་བྱ་དགོས་ཀྱི།
རང་རེའི་ཆོས་འདི་རི་ཁྲགས་དང་ལུང་ཀྲོག་རྣམས་ན་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མི་
འོང་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་གལ་ཆེན། །

གཞན་ཡང་དཔེ་དེ་བ་དང་སྒྲ་བརྒྱན་དང་གཞུགས་བརྒྱན་གྱི་ལམ་ནས་ཀྱང་མང་
གཞིའི་སྒྲར་གྱི་ཤེས་བྱ་འདི་རྣམས་བྱུང་གདལ་དུ་གཏོང་དགོས་ཏེ། ཆོས་འདི་ལ་
བརྟེན་ནས་འདི་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀར་ཞི་འཇགས། དགའ་བདེ། ཐར་བ་རྣམས་
ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་མ་ཟད་ད་ལྟ་བོད་མིའི་ནང་དུ་ཆོས་ལུགས་
གཞན་ལ་དད་པ་བྱེད་མཁན་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་ལྟ་བུ་ཡིན། མི་རིགས་གཅིག་གི་མི་

ཐམས་ཅད་གྱིས་ཆོས་གཅིག་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་འདིས་ནི་མི་རིགས་སྤེལ་པོ་དེའི་
བསམ་པ་གཅིག་ལྟར། སྒྲིབ་ཡིག་གཅིག་ལྟར། ལུལ་སྒྲོལ་གོམས་གཤིས་གཅིག་
ལྟར། མཐུན་སྦྱིལ་རྩས་པ་གཅིག་ལྟར་སོགས་ལའང་ཐན་པ་དམིགས་བསལ་ཅན་
འོང་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་དང་དུས་སུ་ཡོངས་སུ་དར་བའི་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་རང་གཞན་མི་བདེ་
བར་བྱེད་པའི་སྟོད་པ་རྣམས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྩས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཅི་རྩས་གྱིས་
མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྟོད་ངན་དེ་རྣམས་ཕྱིས་སུ་འང་མི་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་རྣམ་
པར་དག་པ་རེ་བྱེད་དུ་འཇུག་དགོས་སོ། །དོན་དེ་དག་གི་བྱིར་དུ་ལུལ་གཞན་དུ་
བསྐྱོད་པ་ན་འང་འགྲོ་འོང་སོགས་ཐམས་ཅད་སྟབས་བདེ་ཅམ་ལས་གཞན་དགོས་པ་
དམིགས་བསལ་བ་མེད་ན་ཁུར་ཐིང་ཆེན་པོ་དག་མེད་པ་དང་། ཆོས་བཤད་པ་ལ་
ཡོན་ཆེར་བདག་གིར་མི་བྱེད་རྒྱ་ཁྱུར་ན་ལེགས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་དཔལ་པོ་ཉམ་རྒྱུང་
རྣམས་ལ་སྟབས་མི་བདེ་བ་མང་པོ་འབྱུང་སྟེ། དེའི་དབང་གིས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་
སྐལ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་མང་པོ་ཞིག་ཞར་ལ་འོང་བའི་བྱིར་
རོ། །དེ་ལྟར་གཞན་ཐན་གྱི་བསམ་པ་བྱེད་པར་ཅན་གྱིས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་
ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་འདོད་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་བྱིན་ན། སྤྱི་མ་
མཉེས་པའི་སྒྲུབ་པ། སངས་རྒྱུས་དབྱེས་པའི་མཆོད་པ། བསྟན་པ་འཛིན་པའི་
མཛད་པ། སེམས་ཅན་བདེ་བའི་སྦྱིན་པ། ཆོགས་ཆེན་རྫོགས་པའི་ཉམས་ལེན་
སོགས་མང་པོ་ཞིག་དེ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་ཆང་བ་ཡིན་པས་མི་ལུས་དོན་དང་ལྡན་པར་
འགྱུར་རོ། །

སྤྱི་མ་སྒྲུབ་པ།



ལྷ་ཚོགས་གསར་རྒྱུ་ལྟ་བུ་གསུམ་པ་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ན། །
 རྩོལ་མེད་བསམ་པའི་དུས་ཀྱི་རྒྱ་བས་ཐེང་ཀྱན་ནས་བཅེགས་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ནི། །
 ཡལ་མེས་རིག་འཕྲུལ་དབྱངས་གསལ་གཟུགས་ཀྱིས་གངས་ཅན་སྒྲེ་བའི་མདུན་དུ་
 བཀྲམ། །

རྟོག་དབྱེད་སྒོ་གྲོས་རབ་རྩྱུ་ལྟོ་བས་སྒྲ་དོར་དགོས་མེན་བསམ་པར་རིགས། །

ཀྱི་མ་རབ་སྒྲ་དང་དུས་སྒྲེ་བོ་འགས། །

ཡ་མེས་རིག་གཞུང་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཀྱི། །

འཕྲུལ་ལུན་རིན་ཐང་དབྱེད་པའི་སྒོ་མེད་བས། །

རངས་བར་དོར་ཞེས་ཐན་སྒྲ་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོག། །

གཞན་ཀྱིས་ཐོས་གིང་ཞེ་མེར་ཏེ། །

རིང་དུ་དོར་བའི་ངན་སྒྲུག་དག། །

རོ་མཚོག་ལྷན་པའི་བདུད་ཅི་སྤ། །

མཐོང་བའི་སྒོ་གྲོས་ཨེ་མ་མཚར། །

འདི་ཕྱིར་ཡན་པ་ཆོས་དང་འབྱོར་བའི་དཔལ། །

སྤེ་བཞིའི་ཕུན་ཚོགས་ལྷན་ན་སྒྲིད་འགྱུར་གྱི། །

མི་ཆོ་སྤྱིག་པར་བསྐྱལ་བའི་ལོངས་སྒྲིད་ཅམ། །

ཡོད་ཀྱང་ཅི་བཀྱི་ཁུར་གྱི་སྒྲོན་མར་ཟད། །

ཀྱན་ཀྱིས་མི་འདོད་སྒྲིག་ན་འཛིའི་མེ། །

ཅད་ནས་འཛིལ་བ་དམ་ཆོས་བདུད་ཅིའི་ཆར། །

ལན་གཅིག་ཐོབ་བ་ད་རིས་ཅམ་ཡིན་གྱིས། །

ཅིས་ཀྱང་སྒྲོང་ལོག་མ་བྱེད་གངས་ཅན་བ། །

དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་ལེགས་བྱས་ནི། །

རབ་དཀར་དྲུང་གི་རྩེས་འགྲོ་བས། །

བསིལ་ཕྱན་བཏུན་སྲིད་འདོད་བྱའི་གཏེར། །

སྲིད་པའི་མཐར་ཡང་འཕེལ་གྱུར་ཅིག །

བདག་ཀྱང་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་བ་ཐམས་ཅད་དུ། །

དམ་ཚིས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད་ཟེར་གྱིས། །

སྐལ་བཟང་སློ་གྲོས་འདཔ་ཡངས་རབ་གྲོལ་ཏེ། །

གཞན་པར་སྒྲུང་ཅིས་སྒྲེ་བྱ་ཚེ་པར་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་དེང་གི་དུས་སུ་རང་རེའི་ཡུལ་འདི་ན་མི་འོས་པ་དང་མི་འདད་བའི་བྱ་
བ་མང་པོ་ཞིག་འདུག་པ་ལ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྒྲུང་དོར་རེ་བྱ་བྱ་དང་། བསམ་པའི་
འཁྱེར་སོ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ལྷུང་ན་མི་རིགས་སྤེལ་བའི་སྒྲུབ་ཚད་རྩི་མཐོར་འགྲོ་བས་
ཕྱོགས་གཅིག་ནས་མི་རིགས་གཞན་དག་གི་རྩེས་སུ་མ་ལུས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་
ནས་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདི་འཛམ་གླིང་གི་ཞི་བདེའི་ལྷོ་གནས་ལྟ་བུར་གྱུར་ཏེ།
སྒོག་ཆགས་དུང་འགྲོ་ཡན་ཆད་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་བདེ་ཞིང་སྒྲིད་པའི་ངང་ནས་འཚོ་
བ་ཞིག་ལྷུང་ན་སྒྲུབ་སྟེ། རྩི་བཅུན་བཏུན་པའི་འཁོར་ལོ་དུར་སྒྲིག་གི་གར་དུ་ནམ་
པར་རེལ་བ་དོན་གྱི་སྒྲུང་དུ་མཚན་ནས་སྒྲོས་ཏེ་ཚོས་རྩི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ངག་
དབང་སློ་གྲོས་མཚུངས་མེད་དཔལ་བཟང་བའི་འཔས་རྩལ་སྒྱི་བོས་ལེན་ཅིང་། ལྷོན་
པ་དང་བཏུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་དད་པ་རྟེན་པས་སྒྲོན་ལུལ་དུ་བྱེད་
ཀྱང་ཤེས་རྒྱུད་ཐ་མལ་དུ་གནས་པ་རྒྱལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་སུ་འཕོད་པས་གསེར་
ལྗོངས་སྒྲུབ་རུང་ལྟ་རིག་ཚོས་གྲུ་ཆེན་མོ་ནས་བོད་རབ་བྱུན་རྒྱལ་ལོའི་ས་ག་ལྷོ་



བའི་ཆེས་ལྷ་རྒྱལ་ཕུར་འཛོམས་པའི་གྲུབ་སྦྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཉིན་གྲུབ་པར་
བགྱིས་པའོ། །འདི་ཡང་གངས་ལྷོངས་སྤྱེ་བོ་ཡོངས་ལ་ཐན་པའི་རྒྱར་གྲུར་
ཅིག ། །

༡༢། །མཁན་ཆེན་ཨ་ཚེས་རིན་པོ་ཆེ་འཇའ་ལུས་
སུ་དེངས་ཚུལ་རྩད་གཅོད་བྱས་པ།

གདོད་མའི་མགོན་པོ་དཔལ་ལྷན་སྐྱེ་མ་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །
དེ་ཡང་སྟིགས་མའི་མུན་པ་ཆེས་ཆེར་བདོ་བའི་སྒྲག་རུམ་ན་སྤྱུང་ཆོགས་པ་ཆེན་
པོའི་རྒྱ་སྤྱང་ལྟག་པར་དུ་གསལ་ཏེ། དེར་གི་དུས་སུ་འདྲུབ་པའི་རྟགས་མཚན་
ཁྱད་པར་བ་དུ་མ་བར་མ་ཆད་དུ་མིག་དང་ན་བའི་དགའ་སྟོན་དུ་བྱུང་དང་འབྱུང་
བཞིན་པ་ལགས་ཏེ། ལ་ལ་འཇའ་ལུས་སུ་དེངས། ལ་ལའི་སྒྲུ་གཏུང་གིན་ཏུ་རྩེ་
རུར་སྒྱུར། ཁ་ཅིག་ལ་གཏུང་དང་རིང་བསྐལ་འབབ། འགའ་རེ་གསེགས་པ་ན་སྒྲུ་
དང་འཇའ་འོད་ཀྱིས་བར་སྤྱང་བྱབ་པ་དང་། གཞན་མང་པོས་གོས་བཅེས། ལྷས་
བྱས། འཇིགས་སྒྲག་དང་སྒྲག་བསྐལ་སྒྲུ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་མ་ཟད་སེམས་དགའ་
ཡ་ལེ་ཉམས་ལེན་གྱི་ངང་ནས་གསེགས་པ་ལྟ་བུ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལས་ད་
ལྟའི་དུས་སུ་བྱུང་བ་དག་གི་ཁྱོད་ནས་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཨ་ཚེས་ནི་སྒྲུ་གཏུང་རྩེ་ཟད་
ཀྱང་མ་ལུས་པར་རུལ་ཕྱན་དེངས་ཏེ་གིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བའི་གནས་སུ་འདུག་པས།
ལོ་རྒྱུས་འདི་རི་ལྟར་བྱུང་ཚུལ་དེད་ཀྱིས་མཁན་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་གནས་རྣམས་ལ་ཞིབ་
པར་རྩད་བཅད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ན་ཉིན་ལོའི་དགུན་དུས་དེད་ཆོས་རྗེ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་མཆོག་གི་ཕྱག་ཕྱིར་
ཁྱིན་ཏུ་བུན་གནས་པའི་ཆེ་ལོ་རྒྱུས་འདི་ཐོས། སྐར་སྒྲུ་རུང་དུ་ལོག་རྗེས་སུ་ཉེ་གནས་
དག་གིས་ཡེ་གེར་བྱིས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མཐོང་སྟེ། ངོ་མཚར་དཔེ་མེད་སྟེས། འོན་ཀྱང་



རྒྱུ་འདོགས་གྱིས་ཆེ་བ་མེད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིད་སྐྱམ་པའི་ནུས་རྟོག་ཅིག་གྱུང་
 བྱུང་བས་དོན་དངོས་གང་ཡིན་དུས་ཕྱིན་པ་ཞིག་གཏན་ལ་དབབ་དགོས་སྐྱམ་ཡང་
 རྒྱ་བགའ་ཤས་ལ་ཁོམ་ལོང་མ་བྱུང་བས་དེ་གར་ལུས། ད་ལོའི་ཕྱི་རྒྱ་ལྔ་པའི་ཆོས་
 ཉིད་གཅིག་ཉིན་ཉག་རོང་ལ་བསེ་སྒྲུ་མོ་དགོན་དུ་སོང་། ཆོས་ཉིད་གཉིས་ཉིན་གྱི་
 ཉིན་གྱུང་དུས་ཆོད་བཅུ་གཅིག་པའི་ཐོག་ལ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུབ་གནས་སུ་འབྱོར་
 རོ། །དེ་ནི་སྒྲུ་མོ་དགོན་པ་ནས་ལེ་དབར་གཅིག་ཙམ་གྱི་ས་ན་ཡོད་ལ། ཤིང་ཁང་
 གོག་པོ་ཁང་མིག་གསུམ་པ་ཞིག་འདུག་སྟེ། གཡས་ཕྱོགས་དེ་ལ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེས་
 ལོ་དགའི་བར་དུ་བསྒྲུབ་པ་མཛད་ས་དང་ཐ་མ་བྱང་ན་ལས་འདའ་ས་དེ་རེད། བར་
 མ་དེ་དཔོན་སློབ་རྣམས་གྱི་ར་ཁང་དང་། གཡོན་ཕྱོགས་དེ་ཉེ་གནས་གསུམ་གྱི་
 གནས་ཁང་ཡིན། དེ་དག་གི་རྒྱབ་ལོགས་སུ་ཁང་པ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་འདུག་པ་ནི་མཁན་
 རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུ་ཆ་རྩལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོའམ་ཕྱོ་ཕྱི་ཞེས་པ་དེའི་གནས་ཁང་ཡིན། ཁོང་
 ད་ལྟ་ལོ་ལྔ་བཅུ་ལྷག་དུ་སོན་ཅིང་། སྤར་གྲུབ་དབང་ལུང་རྟོགས་རྒྱལ་མཚན་ནམ་
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱུག་གི་མདུན་ནས་སེམས་ཁྲིད་མཉན་ཏེ་ཉམས་ལེན་བྱས།
 ཕྱིས་སུ་ལོ་དགའི་རིང་ལ་ལ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེའི་ཉེ་གནས་བྱས་ཤིང་རང་གི་ཉམས་
 ལེན་བར་མ་ཆད་དུ་མཛད། ལུལ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁོང་ནི་དྲང་བདེན་གྱི་མི་ཆོས་པ་
 བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དེ་ཉིན་ཁོང་གཅིག་ཕུ་ལས་ཉེ་གནས་གཞན་རྣམས་
 ནི་མི་འདུག་དེར་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་ཞིབ་པར་དྲིས་པས་ཁོང་གིས་གསལ་ཞིང་རྒྱས་པ་
 ཞིག་རོ་སྟོན་བྱས་སོ། །

ཐོག་མར་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྐྱས་པ་ནི། མཁན་ཆེན་ལ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་རབ་
 རྒྱལ་ས་སྟག་ལོའི་ས་ག་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆོས་ལ་ཉག་རོང་སྒྲུ་མོ་རབ་དུ་ཡབ་ལ་ཐེག་
 དང་ཡུམ་ག་གཉིས་ཀྱི་སྤས་སུ་སྒྲུ་འབྱུངས། ཁྲིམ་གྲུབ་ཐབ་རྒྱལ་བ་བྱུང་རྒྱུ་དང་

མཚོ་ལུ་རྩོ་རྩེ་བདུད་འདུལ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་སྐྱེས་ལུ་དམ་
 བར་ལུང་བསྟན། མཚོ་ལུ་པས་མཚན་ཚས་དབྱིངས་རང་གྲོལ་ཞེས་གསོལ། དགྲུང་
 ལོ་བདུན་ནས་འབྲི་རྒྱུག་བསྐྱབས། བཅུ་བཞི་ནས་རྒྱ་མོ་དགོན་དུ་སྐྱོབ་གཉེར་
 མཛད། བྱིད་ཡིག་རྒྱན་བཟང་སྒྲ་མའི་ཞལ་ལུང་དང་། ཡོན་ཏན་མཛོད་འབྲེལ།
 བསྐྱེད་རིམ་ཟུང་འཇུག་སྟེ་མ། གསང་སྟིང་དང་འདུལ་བ་དང་དབུ་མའི་སྒྲོར་རྣམས་
 ལ་གསན་བསམ་མཛད། དགྲུང་གུངས་ཉི་ཤུ་པ་ལ་བསྟན་པར་རྫོགས། གདན་ས་
 ཆེན་པོ་སེ་ར་དགོན་དུ་ཐེབས་ནས་བཀའ་བོད་ལྷ་ལ་མཁས་པར་སྦྱངས། དགྲུང་ལོ་
 ཉེར་དྲུག་པ་ནས་བདུད་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ་འཇིགས་བྲལ་ཡེ་ཤེས་རྩོ་རྩེའི་མདུན་
 བས་དབང་དང་གདམས་པ་སྦྱི་དང་ཁྱད་པར་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གསན་
 བས་ཉམས་ལེན་ལྟོད་མེད་བྱས། བྱིས་པ་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་རྒྱ་མོ་དགོན་གྱི་བཤད་
 གྲུའི་མཁན་པོ་མཛད། རིག་གནས་གསར་བརྗེ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འོ་བརྒྱལ་དཔེ་
 མེད་མུང་ཡང་སྐྱབ་པ་ལ་བརྩོན་པ་བར་མེད་དུ་བྱས། ཅུང་ཟད་ལྟོད་ཡངས་བུང་བ་
 བས་བཟུང་གནས་འདི་ནས་སྐྱབ་པ་ལ་གཞུང་ཉེ། མཛད་པ་ཐ་མའི་བར་དུ་
 བཞུགས་པ་ཡིན་འདུག་གོ།

ཁོང་ལ་གྲུབ་པ་ཁྱད་པར་བ་ཐོབ་པས་སྟོན་ནས་ཁང་པ་སོགས་ལ་སྐུ་ལུས་མི་སོགས་
 བར་ཟང་ཐལ་དུ་བྱོན་པ་ཞིག་ཡིན་འདུག་སྟེ། རབ་བྱུན་གིང་བྱི་ལོའི་རྒྱ་བཞི་པའི་
 ཉིན་གཅིག་རྒྱ་མོ་དགོན་པའི་གྲུ་པ་ཆོད་བང་རིག་འཛིན་དང་། སྐལ་ལྷན། བྱིན་ལས།
 རྩ་ཁྲིག་ནས་འོང་བའི་ལུགས་མགར་བ་ཁྱོ་ལྷག་གཉིས་བཅས་ཀྱིས་སྒྲ་མའི་གཟིམ་
 ཁང་གི་སྒོ་ཕྱི་རོལ་ནས་སྒོ་ལུགས་བརྒྱབ་ནས་ཁོང་རྣམས་ཕྱི་རོལ་དུ་ལས་ཀ་ཞིག་
 བསྐྱབ་དུ་མོང་། བྱིར་ལོག་པ་ན་སྒྲ་མ་གཟིམ་ཁང་གི་ར་སྒོར་ནང་དུ་བྱོན་གྱིན་འདུག།



ཁོང་ནམས་ཡ་མཚན་ཏེ་ཁྱེད་གང་ནས་ཕྱིར་བྱོན་ཞེས་དྲིས། སྤྱི་མཁའ་སྒོ་ནང་ནས་འོང་
 པ་ཡིན། སྒོ་ནས་མི་འོང་ན་གང་ནས་འོང་ཞེས་གསུངས། དེ་མ་ཐག་སྒོ་ལ་བརྟམ་
 པས་སྤར་བཞིན་སྒོ་ལྷགས་བརྒྱབ་ཏེ་ཡོད། སྒྲུ་ཁུང་ལ་བརྟམ་གྱུང་དེ་ཡང་སྤར་ཁོ་
 བ་ལྟར་དུ་འདུག་ཏེ་བསྐྱལ་བསྒྲོན་ཅུང་ཟད་གྱུང་བུས་མི་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་ཏ་
 ལས་སོ། །

རྒྱ་ལྷུ་ལོའི་སྤུ་རྒྱུ་ཐེངས་མང་པོར་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་མཉམ་གཞག་ལྟ་བུ་
 ཞིག་གི་ངང་དུ་བཞུགས་པས་ཏེ་གནས་ནམས་ཀྱིས་སྤྱི་མ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་
 པ་ཡིན་ནམ་བརྒྱལ་བ་ཡིན་མ་གཤིས་ནས་མ་ཐག་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཞུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མདུན་དུ་སྒོ་
 བཟང་སྟན་གྲགས་དང་རྒྱལ་ཁྲིམས་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་འདྲིར་ཕྱིན་པས། ཁོང་གི་ཞལ་
 བས། དེ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ངང་དུ་བཞུགས་པ་ཡིན་གྱི་བརྒྱལ་བ་
 མིན། དེད་གྱི་སྤྱི་མ་ལ་རིག་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཉམས་སྤེལ་པའི་
 སྤྱི་མ་མང་པོ་ལ་དེ་འདྲ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། རོ་མཚར་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་
 མཛད་པ་རོ་མཚར་བ་མང་པོ་འདུག་གྱུང་འདྲིར་མ་ཕྱིས། ཤེས་པར་འདོད་ན་ནམ་
 ཐར་དུ་བཞུ་བར་བྱའོ། །

ཐ་མའི་མཛད་པ་བརྟན་རྒྱལ་ནི། ས་སྟག་ལོའི་སྟོན་རྒྱ་ར་བའི་ཡར་ཆོས་སྤྱི་མའི་
 གཟིམ་ཁང་གི་ཏེ་འཁོར་དུ་རོ་མཚར་བའི་ལྟས་མང་པོ་བྱུང་ཏེ། གཟིམ་ཁང་གི་
 གཡས་གཡོན་གཉིས་ནས་འཇའ་ཚོན་སྤྱི་ལོའི་ཐག་པ་བར་སྤར་དུ་བརྒྱངས་པ་རྒྱང་
 མ་ན་གནས་པའི་ཡུལ་མི་ནམས་ཀྱི་མཐོང་བ་དང་། སྤྱི་དབངས་ཤིན་ཏུ་སྟན་པ་ལྟ་
 མེད་སྤྱད་ཤིན་ཏུ་སྟན་པ་ཞིག་གི་སྤྱི་ངག་དང་འདྲ་བ། ཕྱི་རོལ་ནས་མཉན་ན་གཟིམ་
 ཁང་གི་ནང་དུ་གྲག་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཟིམ་ཁང་ནང་དུ་སོང་ནས་མཉན་ན་ཁང་སྤྱིང་
 གི་བར་སྤར་ན་གྲག་སྟམ་བྱེད་པ་ཞིག་ཡུན་རིང་པོར་གྲག་སྟོན་མེད་པའི་བྱ་དགར་

པོ་མི་ལ་ཡེ་མི་སྒྲག་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཞག་བདུན་གནས་པ་སོགས་བྱུང་སྐྱོད་དོ། །
 རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་མཚེས་སྒྲུས་པ། རྒྱས་སྒྲུབས་གིག་ནས་སྒྲུ་མའི་ཐུགས་འཛིན་པ་གིན་
 ཏུ་ཐུ་མོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། རི་ལྟར་སྒྲུས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཁོ་ན་བྱེད་། དཔེར་ན། ཆབ་སྟོག་
 ཏུ་བྱོན་པའི་ཆོ་ན་རེད་ཅག་ལ། ང་ཆབ་ཁང་དུ་སོང་ཨེ་ཆར་གོ་ཞེས་འདྲི། མ་ཆར་
 ཞེས་ལན་བཏབ་ན་བྱོན། ཆར་ཞེས་ལན་བཏབ་ན་དོན་ལ་མ་ཆར་ཡང་མི་བྱོན། ཁ་
 པ་བཤམས་པ་ན་རེད་ཅག་གི་ཁང་པའི་མདུན་གྱི་དོ་སྒྲུས་དེར་གིན་ཏུ་བྱོན་མི་བདེ་བ་
 ཞིག་ཡིན་པས་སྒྲུ་མའི་སྒྲུ་ལུས་སྐྱོད་ཀྱིས་དོགས་ཏེ། རེད་ཅག་གིས་ཆབ་ཁང་དུ་སོང་
 ཆར་ཞེས་སྒྲུས་པ་ན། ཁོང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སོང་ཟིན་པ་ལྟར་མཛད་དེ་གཏན་ནས་
 བྱོན་མི་དགོས། ཉིན་གསུམ་ཙམ་རེ་ལ་དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་སྒྲུ་ལུས་ལ་མི་བདེ་བ་ཅི་
 ཡང་མི་འདུག ཡང་བཟའ་བཏུང་ན་མས་གསོལ་ཟིན་ཀྱང་ཟོས་ཨེ་ཆར་ཞེས་འདྲི་
 བར་མཛད། མ་ཆར་ཞེས་བཟྃ་ན་སྒྲུར་ཡང་ར་ཐོག་རེ་ལ་གསོལ་སྒྲུའི་ཆད་ཙམ་རེ་
 གསོལ་བར་འདུག གལ་ཏེ་གསོལ་ཆར་ཞེས་བཟྃ་ན་མི་གསོལ་ཐག་ཆོག་
 རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ཟས་བཅད་ན་མི་རུང་སྒྲུམ་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་མ་ཐོང་།
 མཐར་ཐུང་ན་ལས་འདའ་རྒྱལ་ནི། ལྟོན་རའི་ཆོས་བདུན་ཉིན་གྱི་ཕྱི་དོ་རྒྱས་ཆོད་
 གཉིས་པ་ཙམ་གྱི་རྒྱས་སྒྲུ་སྒྲུ་ལུས་ལ་མི་བདེ་བ་ཅི་ཡང་བར་ཐུག་ཏུ་ཐེང་བ་བཟུང་།
 ཞལ་ནས་མ་ཁི་གསུང་བཞིན་དུ་གཤེགས་སོང་། དེ་ཉིན་དགོང་མོ་རྒྱས་ཆོད་བདུན་
 པ་ཙམ་གྱི་རྒྱས་སྒྲུ་སྒྲུ་མའི་ན་བཟའ་གཞན་ཐུད་ནས་ཆོས་གོས་སྒོན་པ་ན། སྒྲུ་ལུས་
 གྱི་པགས་པའི་གཉེར་མ་ན་མས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་གྱུར་ཅིང་། སྒྲུ་གཞོན་ཤ་ཙན་
 དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་དང་ལྗན་པ་གིན་ཏུ་ངོ་མཆར་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་
 ཅིང་། རུང་ཟད་རེ་རུང་དུ་སོང་སྒྲུམ་པ་ཞིག་ཏུ་འདུག་པས། ངས་སྒྲུ་ལུས་རུང་ཟད་



རྒྱུ་འདུག་ཅེས་སྒྲུབ་པ་ན། གློ་སྟན་གྱིས། ལོས་རྒྱུ་། ཁོང་མ་རྒྱུ་ན་སྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་
 ཟེར། དེད་ཅག་སྒྲུ་མ་འདས་པའི་བྱ་བ་ན་གྱིས་སེམས་གཏུང་དྲགས་པས་མ་དྲན་པས་
 ལན་གྱི། དེ་སྒྲུབས་སྒྲུ་པར་ཞིག་ལེན་གྱུ་བྱུང་ན། ཆོས་གིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་ཡིན་
 ཐག་ཆོད་རེད། དེའི་བྱི་ནངས་པར་མར་མེ་མཆོད་པའི་བྱིར་དྲུང་གཟིམ་ཁང་ནང་དུ་
 སོང་བས། ཆོས་གོས་འོག་གི་སྒྲུ་གཏུང་ནི་དེ་རྒྱུ་དུ་རབ་ཆད་ཅིག་སོང་འདུག་ དེ་
 བས་བཟུང་ནངས་རེ་བཞིན་མཆོད་པ་མཆོད་པའི་བྱིར་དྲུང་ཁོ་ན་ནང་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ།
 ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་དེ་རྒྱུ་སོང་བ་མཐོང་། དེད་ཅག་གིས་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་མ་གཤིས་
 བས་ཆོས་བཟུང་ཉིན་པར་ཡ་ཆེན་དུ་ཨ། བྱུག་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་དུ་བཀའ་འདྲི་བྱ་
 བར་སོང་། ཁོང་གི་ཞལ་ནས་ཉིན་བདུན་པར་དུ་གསང་བྱ་བྱ་དགོས། དེའི་བར་དུ་
 སྒྲུ་ལའང་མ་བཤད། བྱུང་པར་དུ་དམ་ཉམས་ལ་རེག་ཏུ་འཇུག་མི་ཉན་ཞེས་
 གསུངས། དེ་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཆོས་གོས་ལ་གཉེར་མ་དེ་མང་དང་དེ་དམའ་དེ་
 དམར་འགྲོ་བར་འདུག་ ཉིན་ལྔ་པ་དུག་པ་ཅམ་ན་ཆོས་གོས་གྱི་འོག་ན་གཏུང་ཨེ་
 ཡོད་མི་གེས་པ་ལྟ་བུར་འདུག་ ངས་གཞན་དག་ལ་གཏུང་གཞི་མེད་དུ་འགྲོ་ཉིན་
 འདུག་ གལ་ཏེ་མ་སོང་ཡང་བྱི་བ་ཅམ་ཞིག་ལས་ཡོད་ཆོད་མི་འདུག་ཅེས་སྒྲུབ། གློ་
 སྟན་གྱིས་མདུན་གྱི་ཆ་དེམ་དེར་མཇུག་མོ་གཏད་དེ། དེ་ལྟར་རྒྱུ་ཡང་འདྲི་ཅམ་
 ལས་ཨེ་རྒྱུ་ངམ་ཞེས་ཟེར་རོ།

ཉིན་བརྒྱད་པའི་ནངས་པར་གློ་བཟང་སྟན་གྲགས་དང་། བསོད་ནམས་བྱ་མཆོ།
 རིན་ཆེན་ཆེ་རིང་བཅས་ཉི་གནས་གསུམ་དང་། སྒྲུ་མའི་ཉི་མ་རྒྱད་པོ་ཀུན་བཟང་
 རྣམ་བྱལ་དང་། བྱིས་པ་ཡིག་སྒྲོ་བ་ཅིག་དང་དེད་ཅག་མི་དུག་མཉམ་དུ་སོང་ཏེ།
 ཆོས་གོས་བསལ་ནས་བལྟས་པས་གཟིམ་ཁྲིའི་སྒྲུ་མེན་ཅམ་ཡང་མེད་པར་
 རྒྱུ་ཉར་རེ་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་ཉ་ལས་པར་གྱུར་ཅིང་། སྒྱིར་སྒྲུ་མ་འདས་པར་

སེམས་སྤྱུག་ཆེ་བ་དང་། རྒྱུད་པར་དུ་དང་བའི་རྟེན་དུ་གསུང་རྩམ་ཅམ་ཡང་མི་
འདུག་པས་ནོར་བུ་ལག་ནས་བོར་བ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་གསལ་བ་ཞིག་ཡང་བསྐྱར་བྱུང་
བས་སེམས་སྤྱུག་དཀའ་ནས་ཐམས་ཅད་གཟིམ་ཁྲིའི་དྲུང་དུ་དུས་ཆོད་གཅིག་གཉིས་
ཅམ་གྱི་རིང་ལ་རྩམ་ནས་བསྐྱད་པ་ཡིན། དེ་ཆེ་པོ་དང་རྩམས་གྱི་དྲུང་སྒྲ་མ་འདས་
བའི་གནས་ཚུལ་གཞན་རྩམས་ལ་ཤེས་སུ་བརྟུག་མེད་པས་ད་ཅི་ཞིག་ཟེར་དགོས།
འདས་སོང་ཞེས་བརྗོད་ན་གསུང་གང་དུ་ཡོད། ཐམས་ཅད་འཇཉག་ལུས་སྤྱེད་ལ་ནས་
མེད་པར་གྱུར་སོང་ཞེས་བརྗོད་ན། མི་མང་ཡིད་ཨེ་ཆེས། མི་རྩམས་གྱིས་ཅི་ཞིག་
ཟེར་འོང་། གལ་ཏེ་འཇཉག་ལུས་སྤྱེད་དང་སོང་ཞེས་མ་བརྗོད་ན་ཅི་ཞིག་ཟེར་སོང་ཞེས་
ཟེར་དགོས་སྐྱུ་ལྟེ། དེ་དང་རྩམས་གྱི་སེམས་ལ་སྤྱུག་བསྐྱུལ་དང་དཀའ་ངལ་ཉ་ཅང་
ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་ནོན་ནས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་སོང་ངོ་། །ད་ལྟ་མི་གཞན་དག་
གིས་འཇཉག་ལུས་སྤྱུག་པ་ཟེར་དེ་ཅིས་ཟེར་ཏེ། ཡིན་མིན་མི་ཤེས། དོན་དེ་རྩམས་ནི་
དངོས་གནས་བྱུང་སོང་། འགའ་ཤེས་འཇཉག་ཆོན་སྐྱ་ཆོག་པ་མཐོང་ཞེས་ཟེར་མོད།
ངས་ནི་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ཞེས་ཟེར་ངོ་།

སྤྱིར་སྒྲ་མ་འཇཉག་ལུས་སྤྱེད་དང་སྤྱེད་དཀའ་བར་འོས་པ་ཡིན་མོད། ཁོང་ཅག་སྒྲ་མ་ལ་
སངས་རྒྱས་དངོས་མཐོང་གི་དད་པ་བཅོས་མིན་ཡོད་པར་འདུག་པས་འཇཉག་ལུས་སྤྱེད་
སོང་བས་ལྟག་པར་ངོ་མཚར་རྒྱ་དང་མ་སོང་བས་ངོ་མི་མཚར་རྒྱ་ཅི་ཡང་ཡོད་པར་མི་
འདུག དེ་བས་སྒྲ་མ་གཞན་རྩམས་བཞིན་དུ་སྤྱུག་གསུང་དང་རིང་བསྐལ་རེ་ལུས་ཡོད་
ན། རང་གི་སྒྲ་མ་དེ་རྟེན་ནས་དད་རྟེན་དང་སྤྱོད་པ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་བྱུག་མཆོད་
གྱི་རྟེན་དུ་བྱས་ཆོག་པས་དེ་ཉིད་དགའ་སྐྱུ་དུ་བསམ་འདུག་གོ །དེ་གའི་ཡུལ་མི་
དག་གིས་ཟེར་བ་བཞིན་ཚུལ་བྱིམས་རྒྱ་མཚོས་བདེན་གསུང་དང་པོ་འཆད་པ་ལས་



སྒྲོ་འདྲེན་གྱི་ཆེ་བསྟོད་ནི་མི་བྱེད་པ་འདྲེན། །

དེན་འདྲི་སྒྲར་ཡང་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཨ་བླག་འདྲི་གའི་ཆོས་སྒྲར་དུ་བྱོན་པ་ན་བཀའ་
འདྲི་ཞུས་ཏེ། ཨ་ཆོས་རིན་པོ་ཆེ་འཇའ་ལུས་སུ་དེངས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་དག་ཡིན་ནམ།
ཁོང་གི་ཉེ་གནས་འགའ་ཞིག་ཁྱེད་གྱི་མདུན་དུ་སྒྲོ་འདྲི་བར་སོང་ཞེས་པ་བདེན་ནམ་
ཞེས་ཞུས་པས། ཁོང་འཇའ་ལུས་ཡང་དག་རེད་འདུག གླ་མ་འདས་པའི་ཉིན་བཞི་
པའི་ཉིན་ཉེ་གནས་འགའ་ཞིག་འོང་སྟེ། གླ་མའི་སྐྱ་གདུང་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེ་རྗེ་
ཆུང་དུ་འགོ་བར་འདུག གཏན་མེད་དུ་སོང་ན་དད་རྟེན་ཅམ་ཡང་མི་རྟེན་པས་ཅི་
ལྟར་བྱ་ཞེས་ཟེར། ངས་ཁོང་དག་ལ་འཇའ་ལུས་སུ་གྲུར་ན་དགའ་རྒྱ་ལས་ཅི་
ཡོད། གླ་མའི་བཞུགས་གནས་གྱི་ས་རྩོལ་མཆོད་རྟེན་གྱིས་དང་དད་རྟེན་དེས་ཆོག
བྱིན་རྒྱབས་འདྲ་བར་ཡོད། རེ་ཞིག་སུ་ལའང་མ་བཤད་ཅེས་སྒྲུས་ཞེས་གསུངས་
སོ། །

དེ་གའི་ཡུལ་མི་རྣམས་གྱི་མཐོང་རྒྱལ་ནི། རྣོ་བ་སྒྲོལ་མ་མ་བུ་ལྟས་གླ་མའི་གཟིམ་
ཁང་སྟེང་ནས་ཡར་འཇའ་ཆོན་སྒྲ་ལེབ་མོ་ཞིག་ནམ་མཁར་ཟུག་པ་དང་པོ་མཐོང་།
དེ་རྗེས་མི་མང་པོས་ཀྱང་དེ་ཉིད་མཐོང་། ཁོང་རྣམས་གྱི་རྒྱ་གར་ན་ཡོད་པའི་སྐུལ་སྒྲ་
འཇིགས་མེད་དེར་བྱོན་གྲབས་སུ་ཡོད་པས། དེ་བྱོན་པའི་ལྟས་བཟང་པོ་ཡིན་སྟུམ།
མགོན་པོ་སྟེང་སོགས་མི་མང་པོས་གླ་མའི་གཟིམ་ཁང་གི་གཡས་གཡོན་གཉིས་ནས་
འཇའ་ཆོན་གྱི་ཐག་པ་ལྟ་བུ་གཉིས་ནམ་མཁར་ཟུག་པ་མཇུག། གཞན་མི་མང་པོས་
ཀྱང་གཟིམ་ཁང་སྟེང་གི་བར་སྒྲ་དུ་ཉིན་དུ་མའི་རིང་ལ་འཇའ་ཆོན་སྒྲ་ཆོགས་
འཇིགས་ཤིང་རྒྱབས་འགར་ནམ་མཁའ་ཐམས་ཅད་ཁྱབ་སྟེ་འགོ་བ་མཐོང་།
དེར་མ་ཟད་དཀར་མཛེས་གྱི་ཕྱོགས་ན་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་གླ་མ་བཞུགས་
པའི་ཕྱོགས་དེར་འཇའ་ཆོན་གྱིས་ཁྱབ་པར་མཐོང་ངོ་། །རྒྱལ་བྱིས་རྒྱ་མཆོས་

འཇམ་ཚོན་མ་མཐོང་གསུངས་ཀྱང་རྒྱུད་རྒྱུད་ཅུད་རིང་པོ་ན་ཡོད་པ་ན་མས་ཀྱིས་ནི་
འཇམ་ཚོན་སྤྱ་ཚོགས་པ་མཐོང་འདུག་གོ།

ཕྱི་ཟླ་དུག་པའི་ཆེས་ཉེར་བཞི་ཉིན་སྟོ་བཟང་སྟུན་གྲགས་སོགས་སྤྱ་མའི་ཉེ་གནས་
གཞན་དག་དང་འབྲུད་དེ། དེ་དག་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་དྲིས་པས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་
མཚོའི་བཤད་པ་དང་གཅིག་པ་ལོན་རྒྱུ་དོ།

དེའི་རྗེས་སུ་འདྲ་རྒྱུས་ཡོད་མང་པོ་ལ་ཅོད་གཅོད་བྱས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་
དུ་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། ཟུང་པར་དུ་མཁན་ཨ་ཁྱུག་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ཚུལ་
བྲིམས་ཀྱི་མཚོའི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་མན་ངག་ཞུས་པའི་རྗེ་རྫོགས་དཔོན་ཡིན་པས་
དཔུ་སྟོར་རྒྱན་ཞུ་མི་ཕྱེད། རྒྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་མཚོག་དང་། ཆོས་རྗེ་
ཡིད་བཞིན་ལོར་པ་སོགས་སྟེས་ཆེན་དམ་པ་ན་མས་ཀྱི་སྟུན་ལམ་དུ་ལོ་རྒྱུས་དེ་དག་
ཡི་གེར་བྲིས་ཏེ། ཆེད་དུ་གཟིགས་ཞུས་སུལ་སོང་ན་དམ་པའི་སྟེས་པ་དེ་དག་དཔུ་
སྟོར་ཕྱེད་པའི་སྟོབས་བའང་མེད་ལ། དགོས་བའང་ཅི་ཞིག་ཡོད། སྦྱིར་སྤྱ་འབྱུར་
པའི་ཁྱོད་དུ་འཇམ་ལུས་བྱུ་པ་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་རྒྱུད་བས་འབྱུར་མི་སྲིད་པའང་མ་
ཡིན་ལ། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་མཚོ་སོགས་ཀྱང་ཡིད་རྟོན་པའི་ཆོས་པ་བཟང་པོ་རེ་
རེ་དེ་འདུག་པས་སྤྱ་མའི་སྤྱ་གཏུང་ལ་མཚོད་རྟོན་ཅམ་ཡང་མི་བཞེངས་པར་རྒྱར་
བསྐྱར་བའམ་ས་ལོག་ཏུ་བཅུག་ནས་འཇམ་ལུས་སྤྱ་མ་བྱུ་པ་ཀྱང་བྱུ་པ་ཅེས་མཁས་
བྱུ་པ་གཉིས་ལྟར་གྱི་སྟེས་པ་དམ་པ་ཐམས་ཅད་དཔུ་སྟོར་པའི་སྟོད་པན་དེ་འདྲ་ཕྱེད་
ག་ལ་སྲིད། དེས་ན་འདི་ནི་བྱུ་པ་དབང་བསྐྱེད་འདུལ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་སྤྱ་
སེན་ཅམ་ཡང་མ་ལུས་པར་འཇམ་ལུས་སྤྱ་བྱུ་པ་ཡིན་པར་འདུག་སྟུམ་དུ་སེམས་
སོ།



ཞེས་པ་འདི་ནི་བོད་ས་ཡོས་ལོའི་དབྱར་ཟླ་འབྲིང་བོའི་ཏུས་སུ་གསེར་ལྗངས་སྒྲ་མ་
རུང་ཏུ་རྒྱལ་ཁྲིམས་སློ་གྲོས་གྱིས་གསུ་བོར་གནས་པའི་སློས་ནམ་པར་དབྱད་དེ་བྲིས་
པའོ། ། །

༢༧། །མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་སྐུ་
ལུས་མ་སྤངས་པར་མཁའ་སྤྱོད་དུ་གཤེགས་
པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞུགས་སོ། །

སྐུ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །
འདི་ལ་གཉིས་ཉེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གང་གི་ནྟམ་པར་ཐར་པ་མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་
དང་། ཐམ་འི་མཛད་པ་ཞིབ་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་མཁན་རིན་པོ་
ཆེ་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་དཔལ་བཟང་པོ་ཉིད་པོད་རབ་ཆེས་ཆུ་ལྷག་ལའི་སྟོན་དུས་
སུ་མེ་ཁོག་ཏུ་སྐུ་འབྱུངས། དགྲུང་ལོ་བཅའི་དུས་སུ་ཐུ་འབྱུར་རྟིང་མའི་ཆོས་ལྟེ་སོག་
བཟུ་གིས་ཆོས་དར་སྤྱིང་གི་ཆོགས་གཤལ་དུ་ཞུགས་ནས་སློབ་གཉེར་མཛད།
དགྲུང་ལོ་བཙོ་ལྷ་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་། དེ་ནས་རྫོགས་ཆེན་རུ་དམ་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་སྤྱིང་དུ་
བྱོན་ནས་མདོ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ལ་གསལ་བསམ་གཤིས་བྱིན་
པར་མཛད། དགྲུང་ལོ་ཉེར་ལྷ་པར་བསྟེན་པར་རྫོགས། སུམ་རྩ་པར་འཇམ་པའི་
དབྱངས་དངོས་ཀྱང་མཁའ་མི་པམ་རྒྱ་མཚོའི་དྲུང་ནས་འཇམ་དཔལ་གང་སློ་མའི་
ལྷགས་ལུང་ཞིག་ཐོབ་པས་ཉམས་རྟོགས་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཤིང་། གཞུང་
ལུགས་རབ་འབྱམས་མཁའ་པའི་ཤེས་རབ་བྱོགས་མེད་དུ་རྒྱས། དེའི་དབང་གིས་རི་
མིད་འཚོའི་བར་དུ་རྗེ་དེའི་རང་ལུགས་སྤྱོད་བར་བུགས་དམ་བཅས། དེའི་རྗེས་
སུའང་ས་དགེ་བཀའ་རྟིང་གི་མཁས་གྲུབ་དུ་མ་བསྟེན་ནས་སློབ་གཉེར་བྱ་ཆེར་



མཛད། དེའི་ཚེ་ན་འཚོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་གྱི་ཉན་ཏེ་མར་བུན་གྱི་གྲོང་སྐོག་ས་གཤིས་ཀྱི་ཆུ་
 བར་དུ་བཅོས་པའི་ཁུ་བས་ཀྱང་ཡུན་རིང་དུ་འཚོ་ཉེན་མཛད་པ་དང་། བར་ས་མོ་ཅུ་མ་
 ཁུ་སྐོ་མོ་ཞིག་བསྐོས་ནས་བཞག་པ་ཉིན་གྲུང་གྲང་ནས་ཅུང་ཟད་སྐོ་པོ་ལྟ་བུར་གྱུར་
 པ་གྲུང་ཚོགས་སུ་གསོལ་བར་མཛད་པ་སོགས་དཀའ་སྤྱད་དཔེ་མེད་གནང་།
 སྐབས་གཤིག་ན་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས་ཞལ་གཟིགས་པས་དེ་ནས་བཟུང་ཉིན་རེ་བཞིན་
 ལྷེ་བ་རིང་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་མ་རེ་སྐོ་ལ་ཟིན་པ་སོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཆེན་པོ་བརྟེན། དེ་
 བས་རྫོགས་ཆེན་གངས་ཁོད་དུ་བྱོན་ནས་བསྐྱབ་པ་མཛད་དེ། མཚན་མོ་གཉིད་
 རྒྱགས་བྱུང་ཆེ་སྤྱད་ཤིང་ཀྱང་པ་ཙམ་ཞིག་མན་བས་ནས་ཞབས་རྒྱུ་བར་གངས་
 འབྲུགས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་བཞུགས་ནས་ཉམས་ལེན་མཛད་པས་ཞབས་གཉིས་ཀྱང་བསྐྱབ་
 གཞིས་ཐེབས། དེ་ལྟར་སྤྱིང་པོའི་བསྐྱབ་པ་ལ་རབ་ཏུ་གཞོལ་བས་གཟུགས་སྐྱ་
 འཛའ་ལུས་སྤྱད་པར་གྱུར་ཏེ། ཉེ་གནས་དཔལ་ལྷན་གྱིས་མཐན་རིན་པོ་ཆེར་
 སྐྱ་ཆིངས་བཅིངས་པའི་ཚེ་ན་སྐྱ་ཆིངས་སྐྱ་ལུས་ལ་མ་སོགས་པར་ཟང་ཐལ་དུ་བྱུང་།
 ཡང་མདུད་པ་ཞིག་བཏབ་སྟེ་བསྐྱམས་པས་སྐྱ་ཆིངས་མདུད་པ་ལྷན་པ་གང་ལའང་
 མ་སོགས་པར་ལག་ཏུ་བྱུང་ལ། མཚན་མོ་སྤྱོན་འོད་སོགས་ཀྱི་འོག་ཏུ་སྐྱ་ལུས་ཀྱི་
 གྲིབ་མ་མི་མཛོན་པ་དང་། ཕྱིག་པ་ལ་ཟང་ཐལ་དུ་བྱོན་ཏེ། ཉིན་གཅིག་ཉེ་གནས་ཨ་
 སྐོས་སྐྱ་མ་ནང་ན་བཞུགས་པ་ལ་གཟིམ་ཁང་གི་སྐོ་ལ་སྐོ་ལྟགས་བརྒྱབ་ནས་ལྷུ་
 མིག་སོགས་ཏེ་བྱི་ལོགས་སུ་སོང་། སྐར་ལོག་པ་ན་སྐྱ་མ་གཟིམ་ཁང་གི་ཕྱིར་བྱོན་
 བས་བཞུགས་པ་མཐོང་། སྐོ་ལ་བལྟས་པས་སྐྱ་མ་ཁོན་ལྟར་དུ་འདུག་སྟེ། སྤེལ་ཁུང་
 བས་ནི་མི་ཞིག་གཏན་ནས་ཐར་མི་བྱིད་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དགྲུང་གྲངས་ཞེ་
 གཅིག་པར་རང་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་གདུལ་བྱ་དུ་མ་སྐྱིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་བཀོད་། དེ་
 རྗེས་རབ་རྒྱལ་ལྟགས་ཡོས་ལ་མཚོག་སྐྱལ་རྫོང་ཐོན་རིན་པོ་ཆེས་མདོ་སྤྱད་

འབའ་ཡུལ་དུ་གདན་དྲངས་ཏེ། འབའ་གང་ཁྱིམ་མེད་ཁྱིད་གོན་བཏབ་སྟེ་ཡུལ་
དེར་བཤད་སྒྲུབ་འཁོར་ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་བཞུན་འགྲེལ་དོན་རྒྱ་ཆེར་
མཛད་དོ། །ཁྱིས་སུ་སྒྲུ་ཡས་མ་སྤངས་ནས་མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་གསལ་བ་ཡིན་
ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐ་མའི་མཛད་པ་ཇི་ལྟར་བཞུན་ཚུལ་དང་། དེ་འབྱུལ་མེད་
དུ་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། བོད་རབ་རྒྱལ་ས་ཁྱིམ་ལོ་༡༧༥༥ལོའི་དབྱར་
དུས་སུ་རྒྱ་དམག་གིས་རི་མགོ་ནས་བཟུང་སྟེ་བཙོན་དུ་བཅུག རྒྱ་ཕྱིར་དྲུང་བཅེག་
མང་དུ་བྱས། དེ་ནས་རྟོར་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ཆོས་བཙུ་ཙམ་ན་དེ་ལྟ་ཞུན་དགོན་པའི་ཉེ་
ཆར་དེ་ལྟ་ཞུན་ཞོལ་མ་རུ་མི་སྟོང་ལྷག་ཅིག་བསྐྱས་ནས་འཐབ་ཚོད་དྲུང་ཅེག་བྱ་རྒྱུའི་
གྲ་བསྒྲིགས་བྱས། མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་རྫོང་མཁར་གྱི་བཙོན་ཁང་ནས་བཏོན་ཏེ།
དམག་མི་ལིལ་ཉི་ལྷན་དང་། སྟོང་དཀར་འབུམ། ཆོ་རིང་འབུམ་སོགས་ཀྱིས་མཛོ་
ཞིག་གི་རྒྱབ་ཏུ་བཙུངས་ནས་འཐབ་ཚོད་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཁྱིད། རྫོང་གོང་གི་མདུན་
ངོས་ཀྱི་གསལ་ལམ་དེ་ནས་སོང་སྟེ། ལ་སྟེད་ཙམ་ལ་འབྱོར་བ་ན་སྒྲུ་མའི་ཞལ་ནས་
བཟང་གྱུ་རུ་གསུངས། ས་དོའི་གདོང་ལམ་བརྒྱད་དེ་ལ་ཁར་བྱུང་ནས་རྟ་ཁྱག་ཐང་ལ་
སྟོབས་མཚམས་སྟོ་བྱར་དུ་རྒྱུང་འཛུབ་དག་པོ་ཞིག་ལྷང་བས་དམག་རྣམས་ཀྱིས་
མགོ་གོས་ཀྱིས་གཡོགས་ཏེ་བཞུད། ཡུད་ཙམ་ནས་བཞུས་ཆོ་སྒྲུ་མ་ཆིབས་གོང་ན་མི་
སྤང་སྟེ། འཇའ་སྟོན་གྱི་ཁྱོད་དུ་ནམ་མཁའ་ན་ཡར་བཟང་གྱུ་རུའི་རིམ་དབྱངས་འཐེན་
བཞིན་རེ་མཐོ་རེ་མཐོར་གསལ་གསལ་ཏེ་མི་སྤྱང་བར་གྱུར་བས་དམག་རྣམས་ཅི་བྱ་
གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ནམ་སྟོང་སོགས་ན་བཟའ་འགའ་ཞིག་ལུས་པ་ས་
འོག་ཏུ་བཅུག་སྟེ་སྒྲུ་མ་ལམ་བར་ནས་གི་སོང་ཞེས་བསྒྲགས་ནས་གོག་ཁུའི་རོར་



གཞུགས་བརྒྱན་ཞིག་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་སྒྲོན་འདོགས་སྒྲ་ཚོགས་བྱས་ནས་འཐབ་ཅོད་་་་
 ཚོགས་པ་བྱས་དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ་ཅད་གཅོད་བྱས་ཚུལ་དང་ངེས་པ་རྟེན་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་འཕྱར་ནས་གཤེགས་པ་དེ་མི་མང་པོ་ཞིག་
 གིས་མངོན་སུམ་དུ་མཇལ་བས་མི་རིང་བའི་རྗེས་སུ་གཏམ་དེ་ཉིད་ཡུལ་དེའི་གང་
 སར་གྲགས་ནས་བྱུང་། ལས་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚོགས་ཆེན་བསྐྱས་ཏེ། མི་འཕྱར་
 བས་འགོ་བ་ཞིག་གང་ན་སྤྱོད། ཤི་སོང་བ་རེད། ད་ཕྱིན་ཆད་འཕྱར་ནས་སོང་ཟེར་
 བ་ཞིག་ཡོད་ཆེ་ཆད་པ་གཅོད་ཚུ་ཡིན་ཞེས་ཁྲིམས་སུ་བསྒྲགས། འོན་ཀྱང་ནམ་
 ལངས་ལག་པས་མི་ཞིག་ས། ཚུ་འཕྱར་སས་མི་ནོན་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་དེས་
 མཐར་གྱིས་ཡུལ་གྱ་མང་པོ་ཁྲབ་སྟེ་ད་ལྟའི་བར་མི་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་བཞི་སོང་ངོ་། །
 གཏམ་འདི་ངེད་ཀྱིས་ཀྱང་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཐོས་ལ་ཅུད་གཅོད་ཞིབ་པ་ཞིག་བྱ་
 དགོས་སྒྲུལ་ཡང་དེ་གར་ལུས། ཉེ་ཆར་ང་ཚོའི་སློབ་གླིང་ན་དེ་ཕྱོགས་ནས་འོང་བའི་
 སློབ་གཉེར་པ་མང་པོ་འདུག་པས་ལོ་གཅིག་གི་སྔོན་ནས་ཞིབ་འདྲི་བྱས་པར་མ་ཟད་
 ཁ་པར་བརྒྱད་ནས་ཀྱང་ཅུད་གཅོད་ཅི་རིགས་པ་བྱས་མོད། འོན་ཀྱང་ཡིད་ཚིམ་ངེས་
 དང་ཐེ་ཚོམ་ཆེད་ངས་ཤིག་མ་བྱུང་བས་ད་ལོའི་ཉར་ལྷ་ལྷ་པའི་ཆེས་བཙོ་ལྷ་ཉིན་
 དབྱར་གཞུང་སྒྲོ་སངས་ཀྱི་ཁོམ་སྐབས་དང་བསྐུན་ནས་ཆེད་གཉེར་གྱིས་མཚོ་སྔོན་
 མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་ཐུབ་ཏེ་རྫོང་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཆེས་བརྒྱུག་ཉིན་གྱི་ཉིན་གྱང་གི་དུས་སུ་རྫོང་གོང་རྒྱང་དུ་དེར་འབྱར་ཏེ། ཐོག་
 མར་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་འཕྱར་ནས་བྱོན་པའི་གནས་ས་དོའི་གདོང་ལམ་ཞེས་སྐར་
 བས་ཐོས་ཐོས་པ་དེ་ན་རྗེས་དྲན་གྱི་མཚོད་རྟེན་གཉིས་བཞེངས་འདུག་སྟེ། དེར་སོང་
 བས་མཇལ་ཐུག་དང་སྒྲོན་ལམ་བཏབ། ལོ་བཞི་བརྒྱའི་གོང་རོལ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་ཞིང་

ལུ་མུག་པ་དུ་མ་ཞིག་དང་། དེའི་ཁྲོད་ནས་བྱུང་བའི་སྤྱོད་མེད་པའི་མཛད་པ་འཛམ་
གླིང་ལ་གྲུང་བར་འོས་པ་ལྟེ་དཀར་ནག་མང་པོ་ཞིག་ཡིད་ལ་ལམ་མེར་གསུམ་། དཀར་
ནག་གི་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡལ་མོ་ཆེ་དང་མཉམ་དུ་བལྟ་བར་མི་མངོན་པའི་
དབྱིངས་ཤིག་དུ་སྤང་ནས་རིང་མོ་ཞིག་ལོན། དེ་ལྟ་ན་འདྲ་སྟན་པ་དང་སྟན་པ་མ་
ཡིན་པའི་གཏམ་གྱི་ཐེང་བ་དག་ནི་ས་དོའི་གདོང་གི་ལམ། ཀླུ་གཤེགས་ཀྱི་ཐང་། དེ་ལྟ་
ཀླན་གྱི་གཤོང་སོགས་གྱི་ཅུ་ཤིང་གི་གསེབ། བར་སྤང་གི་ཁམས། བསེར་ལུ་ཡི་
ཁྲོད་དག་ན་ཡོངས་སུ་བྱུང་སྟེ་ལེགས་ཉེས་གྱི་སྤང་བ་སྤྱོད་ཆོགས་ཤིག་གི་ནད་དཔང་
དུ་ལྟ་དེར་མངོན་ནོ། །

དགྲའ་མོ་གྲོགས་མཆེད་དག་གིས་མཚམས་སྦྱར་བ་བརྒྱད་ནས་ལོ་རྒྱུས་འདིར་རྒྱས་
མངའ་ཆེ་བའི་མི་རྒྱམས་རེ་རེ་བཞིན་བོས་ནས་གནས་རྒྱལ་ཞིབ་པར་དྲིས་ཏེ་ཡི་གེར་
ཡབ། རྩེར་ནངས་ཆོས་བརྒྱ་བདུན་ཉིན་ཞོགས་པ་སྤྱོད་པར་གང་ཁྲིའམ་སེང་ཁྲི་དགོན་
དུ་སྤང་སྟེ། བྱུང་བ་འདི་རང་གིས་མངོན་སུ་དུ་མཐོང་བ་དང་། མངོན་སུ་དུ་
མཐོང་བའི་མི་དག་གིས་བཤད་པ་རང་གིས་དངོས་སུ་ཐོས་པ་དང་། འཐབ་རྩོད་
ཆོགས་ཆེན་དེར་དངོས་སུ་ཞུགས་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་དེར་ཆ་རྒྱས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ལོན་
དུག་ཅུ་ཡན་ཆད་བརྒྱལ་བའི་སྤྱོད་མེར་བརྒྱ་ཐམ་པ་དགོན་པའི་ནང་དུ་བསུས།
དེའི་ཐོག་དུ་སེང་ཁྲིའི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དགོན་མཆོག་རིན་ཆེན། ལྷུ་བ་ཐུན་འཛིན་
སྟན་གཤམས། ལྷུ་མེད་དཔང་། མཁན་པོ་ཡར་འཕེལ། དེ་ལྟ་ཀླན་དགོན་པའི་ལྷུ་བ་
རལ་གྱི་བཅས་ཁྲོན་མི་བཙོ་ལྟ་ཞུགས་པའི་ཆོགས་རྒྱུད་ཞིག་འཆོགས་ནས་སོ་སོ་ནས་
རང་རང་གི་མཐོང་རྒྱལ་དང་ཐོས་རྒྱལ་དག་ཞིབ་པར་བཤད། དེ་ཡང་འདི་རྒྱམས་
གྱིས་དེ་ལྟར་མཐོང་དང་ཐོས་ཞེས་ལོ་མང་པོའི་ཐོན་ནས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ག



སྒྲིག་ལས་ངས་མཐོང་དང་ཐོས་ཞེས་ད་ལྟ་གསར་དུ་སྒྲིག་པ་ནི་གཅིག་གྱང་མི་འདུག་གོ།

༥ དེ་རྒྱལ་ས་ལས་དང་པོ་ཀླད་པོ་དྲི་མེད་ཅེས་པ་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་བདུན་རེད། དེས་བཤད་པ། སྐབས་དེར་ར་དམག་གི་བརྒྱ་པ་ཡིན་ལ། ཉིན་དེར་ངས་ས་དོའི་གདོང་གི་མར་ཁུག་རི་སུལ་དེ་ན་གཡག་འཛོམ་ནས་ཡོད། སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེ་མཛོ་ཞིག་ལ་ཆེབས་སུ་བརྩུག་ནས་དམག་མི་འགའ་ཞིག་གིས་བྲིད་དེ་ས་དོའི་གདོང་ལ་མ་ན་ཡར་ཐེབས་སོང་། རྩུང་ཞིག་ནས་ས་དོའི་གདོང་གི་ལ་རྒྱབ་ནས་ཡར་སྤྱི་མ་ཞིག་མཐོང་བྱུང་། དེར་སྤྱི་མ་ཞིག་འོང་དོན་མེད་པ་ལ་ཅི་ཡིན་སྐྱམ་དུ་བལྟས་པ་ན་རེ་མཐོང་མཐོར་སོང་སྟེ། དེ་དུས་ང་ལོ་རྒྱུད་ཡིན་ལ་མིག་ཚོ་བས་ཞིབ་པར་བལྟས་པས་སྤྱིན་དཀར་ནག་གི་མཚམས་ན་ཡར་བྱོན་སོང་། བྱིས་སུ་སྤྱི་བའི་ཨ་ཁུ་བསོད་རིག་གཏུང་རུས་བཅའ་དུ་འོང་བ་མཐོང་སྟེ། ངས་གཟུང་མི་རྒྱལ་ས་ལ་སྤྱི་མ་དེ་བ་ཚང་སྤྱི་ལུས་མ་སྤྲངས་པར་ནམ་མཁའ་བྱོན་སོང་ངེས་ཅན་ཡིན་པས་གཏུང་རུས་རྟོན་དོན་མེད་ཅེས་སྒྲིས་ཏེ། ངས་རྒྱུན་བཤད་པ་གཏན་ནས་མིན། འདི་ལ་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་ཞིག་འཕྲོད་ཆུ་ཡོད་པའམ་རྒྱུད་དེག་བྱས་ན་ནི་རྒྱུན་བཤད་ན་ཐང་ཡང་ད་ལམ་རྒྱུན་བཤད་དོན་ཅུ་བ་ནས་མེད་ཅེས་ཟེར་རོ།

༦ ཚོགས་འཁེལ་ཞེས་པ་ལོ་དུག་ཅུ་ལྷག་ཅིག་རེད། ལུག་ཏེ་རྫོང་གྲོང་ན་འདུག་དུ་ལས་གནས་ལས་ངལ་བཞོས་ཏེ་ཡོད། དེས་བཤད་པ། ང་ལ་བདེན་དཔང་གི་རྒྱ་མཚན་གསུམ་ཡོད། དེ་ལས་གཉིས་གཏམ་ཐོས་པ་དང་། གཅིག་རང་གི་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱི་ལོ་ ༡༩༥༥ ལོའི་ལྷ་བརྩུབ་འམ་བརྩུག་ཅིག་པའི་ཉིན་གཅིག་གི་དུས་སུ་རྒྱ་རིགས་སྤྱི་བ་ཞིག་གིས་ང་ཟས་ཁང་ཞིག་ཏུ་མཁོན་འཕོད་བྱས། དེ་དུས་ང་བཟོ་ཚོང་གི་འཛིན་དོ་དམ་རུས་ཀྱི་མགོ་གཙོ་ཆུན་པ་ཡིན།

ཁོས་འདི་ག་ནས་བཤས་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཆོག་ལུག་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་ཞིག་ཉིས་འདུག་ཟེ། དེའི་
 གྲུལ་ཡང་ཙམ་འོང་བའི་ཕྱིར་དུ་ང་མགོན་དུ་བོས་པ་རེད། རེད་གཉིས་ཟས་ཟ་ཞོར་
 ལ་ཁ་བད་བྱས་ཏེ། ཁོས་བཤད་པ། ངས་ཀྱང་ལྷར་ཐུན་ཏེ་ནས་བྱ་བ་བརྒྱབས་ནས་
 རྟོད་ལྟོང་བས་འདི་གའི་ལས་བྱེད་ཀྱན་པ་མང་པོ་ཤིས་ཀྱང་ཁྱོད་མཐོང་མ་ལྟོང་བ་
 འདྲ། འོན་ཏྱོང་ལས་ཁུངས་གང་དུ་བྱ་བ་བརྒྱབས། སྤྱི་བདེ་དམག་ཁུལ་དུ་ལོ། །
 དེ་ཆོང་དམག་གི་པན་དང་པོའི་པན་ཀྱང་ཡིན། དེ་དུས་ང་ཆོ་བ་ལ་མཚན་པ་ཞིག་
 དང་འབྲད་དེ། ཐེངས་ཤིག་ང་ཆོ་བན་དང་པོའི་དམག་འགའ་ཞིག་གིས་ཨ་ལགས་
 ཤིག་མཛོད་མར་པོ་ཞིག་ལ་བསྐྱོན་ནས་འཐབ་ཅོད་གྱི་ཕྱིར་དུ་ཁྱིད་དེ་སོང་བས་ལ་
 ཁ་དེ་ནས་སྤྱིན་ཁ་དོག་ལྷ་ཆོགས་ཅན་ཞིག་གིས་དྲིལ་ནས་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར།
 ངས་མི་དེ་ངོ་མ་འབྱོད་པས་གོང་རིམ་ནས་ང་ལ་རང་སྐྱོན་ངོས་ལེན་གྱི་ཡི་གེ་འབྲིར་
 བརྒྱག་སྐབས་དེའི་ང་ཆོའི་ཞིབ་དཔྱད་ཁང་གི་མགོ་དཔོན་དེ་སོག་རིགས་ཤིག་ཡིན།
 དེས་གནས་ཚུལ་དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་རེད་ཅེས་སྒྲིམ་པས་ཁྱོད་ཆོངས་དད་
 བྱེད་མཁན་རེད་ཅེས་ཟེར་ནས་གོ་གནས་པ་བ་སོང་། བྱིས་སྤང་བྱིས་དུ་ལོག་རྗེས་
 བ་མ་གཉིས་ལ་ལོ་རྒྱུས་དེ་བཤད་པས་ཁོང་གཉིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་ནས་དེ་འདྲའི་ངོ་
 མཚར་ཆེ་བ་ལ་ཞེས་ཟེར་བར་འདུག་ཅེས་ཟེར་རོ། །མི་འདིའི་མིང་ལ་ལིའུ་ཏི་རུན་
 ཟེར། ལ་ལུལ་མཆོ་སྟོན་ཏོང་ཀྱང་ཆོང་ཤང་ཆོན་ཀྱང་ཞེས་པ་དེ་རེད། ཉིན་འགའི་
 རྗེས་སུ་སྤྱིར་ཁོས་ཁུལ་སྒྲོར་ཉིས་སྟོང་ལྷག་ཅིག་སྟོང་དགོས་འདུག་ཀྱང་ངས་སྒྲོར་
 བདུན་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་ལས་མ་བྲལ་སྤྱོད། བྱིས་ཁར་ངས་ཁོ་ལ་གལ་ཏེ་འདི་གའི་དགོན་
 པ་ཞིག་དོན་འདི་རྩད་གཅོད་པར་འོང་ན་ཁྱོད་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་དེ་ཞིབ་པ་ཞིག་ང་སྟོང་
 གནང་རྒྱ་རེ་བ་ཡིན་ཞེས་སྒྲིམ། ཞིབ་དཔྱད་མགོ་དཔོན་དེ་ལ་ཉིས་པ་ཐོག་ཟེ་གོ་



གནས་ལས་ཕབ་པ་ནི་མི་མང་པོས་ཤེས་ལ། མི་དེ་སྤར་འདི་གར་དམག་མི་བྱེད་
མྱོང་བའང་བདེན་པ་རེད་འདུག་གོ།

རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་ནི། མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་འཕམ་ཚུད་ཆོགས་ཆེན་ཉིན་ཆོགས་ཆེན་
དེའི་མགོ་འཛིན་པ་ཕང་ལེ་བླུན་གྱིས་ང་ལ་དངོས་སུ་བཤད་པའི་གཏམ་དེ་ཉིད་ཡིན།
དེ་ཡང་ཁོ་དང་ང་གཉིས་སྤར་ནས་མཛའ་བཤེས་ཡིན། ང་བཙོ་ཆོང་དོད་མ་ཅུས་ན་
ཡོད་སྐབས་ང་ཆོའི་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཁང་པར་ལུགས་རི་སྒྲོར་དགོས་ལ། ཁོའི་རྒྱུ་ཁང་
དེ་ང་ཆོའི་ལུགས་རི་བརྟེན་སའི་གནས་དེ་ཉིད་དུ་ཁེལ་ནས་འདུག་སྟེ། ཁོའི་རྒྱུ་ཁང་
ལ་སྐབས་དེའི་སྒྲོར་སྒྲུལ་བརྒྱ་ཙམ་ལས་མི་རི་ཡང་ངས་རྒྱུ་ཁང་དེ་སྒྲོས་ནས་སྒྲོར་
སྟོང་གཉིས་ལྷག་གི་རིན་གོང་ཅན་ཞིག་གསར་སྐྱབ་བྱས་པས་དེད་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་
བ་རྗེ་བཟང་དུ་སོང་། ཐེངས་ཅིག་དེད་གཉིས་ཁ་བདུ་བྱེད་སྐབས་མཁན་རིན་པོ་ཆེར་
དགག་རྒྱག་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་ཚུལ་དེ་གླིང་བྱུང་། ངས་ཁྱོད་དེ་དུས་ཨེ་ཡོད།
གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་ཅི་འདྲ་རེད་ཅེས་དྲིས་པས་ཁོས་བཤད་པ། ང་དེ་ཉིན་ཡོད་དེ་
གནས་ཚུལ་དེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལ། དངོས་གནས་ལ་མཚན་པ་ཞིག་རེད་སོང་སྟེ། རོ་
གཏན་ནས་མི་འདུག ང་ཆོ་བྱ་ཐབས་བྲལ་ནས་ཤོག་སྤྱ་ཞིག་ལ་རི་མོ་བྲིས་ཏེ་དེ་ལ་
འཕམ་ཚུད་བྱས་པ་ཡིན། རི་མོ་དེ་ང་རང་གིས་བྲིས་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་རོ།

རྒྱ་མཚན་གསུམ་པ་ནི། སྤིད་རྩས་ལྟོད་ཡང་བྱུང་བའི་ཆོ་ན་མེ་བ་ནས་ཨ་མ་ཆོད་
ཆོགས་ནོར་སོགས་འགའ་ཞིག་བྱུང་སྟེ། རྫོང་སྤིད་གཞུང་ལ་བྲམ་མའི་གདུང་རྩས་སྟེར་
དགོས་ཞེས་བཤད། སྤིད་གཞུང་གིས་སྤྱི་བདེ་ལས་ཁུངས་ལ་སྒྲུན། ངས་སྤྱི་བདེ་
ལས་ཁུངས་ནས་ལོ་བརྒྱ་དུག་ལ་བྱ་བ་བསྐྱབས། དེ་སྐབས་ང་སྤྱི་བདེ་བདེ་འཇགས་
ཁོའི་མགོ་གཙོ་དང་པོ་ཡིན། དེ་དུས་སྤྱི་བདེ་རྩས་ཀྱི་མགོ་གཙོ་དེ་ལ་ཐན་གོ་ཅུན་
ཟེར། དེས་ལོ་རྒྱུས་འདི་ལ་སྤར་ནས་རྒྱུས་མངའ་ཡོད་པས་ང་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་གོ་བརྒྱ་

ཞིག་སྤྱོད་དེ་ཕྱིར་འགྲོར་རྒྱུ་ཟེར། མགོ་གཙོ་གཞོན་པ་མཁའ་འགྲོ་ཐར་ཞེས་པ་དེ་
དང་རྟེན་གཉིས་ཀྱིས་མཁན་རིན་པོ་ཆའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚགས་བཅའ་ནས་བལྟས་
པས་ཡིག་ཚགས་དེར་ཤོག་ལྗེ་བ་འདི་ངོར་མི་བརྩུ་བཅོ་ལྔ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པ་
འགོད་འདུག མཁན་རིན་པོ་ཆའི་ལོ་རྒྱུས་སོག་ཏུ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་སོང་ཞེས་
བྲིས་འདུག དེ་ར་རང་གིས་མཛོན་སྤྲུམ་དུ་མཐོང་བ་ཡིན། ཡིག་ཚགས་དེ་ད་ལྟངས་
བཅའ་ན་རྟེན་ཐང་། གཏམ་འདི་རྣམས་ངས་ད་ལྟ་གསར་དུ་བཤད་པ་མིན། རྣམ་
དག་སོགས་ལ་ལོ་འགའ་ཤས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བཤད་ཐུང་ཟེར། རྣམ་དག་ཞེས་པ་དེ་
བོས་ནས་བྲིས་པས་དེ་ག་རང་རྟེན་འདུག་གོ།

། ཆད་པོ་འདྲ་ཟེར་ཞེས་བྱ་བ་ལོ་དུག་ཅུ་ལྷག་ཏུ་སོན། ས་དེ་གའི་མི་རེད། ཞེས་
བཤད་པ། ང་རང་དེ་ཉིན་འཐབ་ཚུད་ཚོགས་ཆེན་དེའི་ནང་དུ་དངོས་སུ་ཞུགས་པ་
ཡིན། དེ་ཉིན་དེ་ཅུ་ཆར་དགོན་པའི་གཤོང་དེ་ན་རས་གྱུར་ཞིག་སྤྲུབ་འདུག སྤྱོད་
ཆོ་འཁེ་ཟ་སྟེ་བའི་དཔོན་དེ་ལ་འཐབ་ཚུད་བྱས། དེ་ནས་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལ་
འཐབ་ཚུད་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར། ཉིན་གྱང་ལན་ཆད་ཅམ་ལ་བསྐྱགས་སོང་ཡང་འོང་རྒྱ་
མི་འདུག དེ་ནས་རྟ་པ་འགའ་ཞིག་བྱང་སྟེ། བྲིམས་ཁང་གི་བསྐྱེད་དང་སྦྱིང་དཀར་
འབུམ་སོགས་རེད། མཁན་པོ་ཆང་ཐེབས་མི་འདུག་སྟེ་ལམ་བར་ནས་ཤི་སོང་ཟེར།
ཤོག་ཏུ་ཞིག་གི་ངོས་སུ་གཟུགས་རིས་བྲིས་ནས་གྱུར་སྟོན་ནས་མར་བསྐྱོར་ཏེ་དེ་ལ་
འཐབ་ཚུད་བྱས་སོང་། ཉིན་འགའི་རྗེས་ནས་འཐུར་སོང་བ་རྟེན་ཅས་པའི་གཏམ་
ཞིག་གྲགས། འོན་ཀྱང་ལས་བྱེད་པ་དག་གིས་དེ་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་སྟེ། མི་འཐུར་
བ་ཞིག་གང་ན་ཡོད། དེ་ལྟར་བཤད་མི་ཆོག་ཟེར། ཆ་རྒྱུང་ཤར་གི་དེ་དུས་ཀྱི་རྩའོ་རྩ་
དབང་ཆེན་དང་རྟེན་གཉིས་ཤིན་ཏུ་མཐུན། དེས་ང་ལ་བཤད་རྒྱུར། རོ་མི་འདུག ས་



དེའི་གདོང་ནས་རྒྱང་འཛུགས་ཅིག་ཐུང་བ་དང་མཉམ་དུ་འཕུར་ནས་ཕྱོན་པས་ན་
བཟང་འགའ་ཞིག་ཤུལ་དུ་ལྷས་པ་ས་འོག་ཏུ་མནན་འདུག་ཅེས་བཤད་ཟེར་རོ།

༡ ཐུབ་བསྟན་ཚེས་ཀྱི་དབང་ཐུག་ཅེས་པ་ད་ལྟ་མེད་ཁྱི་དགོན་པའི་གྲ་པ་རེད།
ཁོང་གིས་བཤད་པ། དམག་མི་ཚོ་རིང་འཁུམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མཚོ་ཕྱོན་མཚོ་ལྷོ་ཁུལ་
གྲང་རྟོ་རྫོང་གི་མི་རེད། ༡༧༥༥ལོར་ཐུན་རྟོ་རྫོང་མི་དམངས་ཁྲིམས་ཁང་དུ་བྱ་བ་
བསྐྱབས་ཐུང་། མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱི་དགོན་མཁན་ལྷ་མས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་ཡོད་འདུག་རེད་
གཉིས་༡༧༧༧ལོའི་ཕྱོན་དུས་སུ་ཆབ་ཆ་ནས་ཐུག་ཐུང་། དེ་ཚོ་ཁོ་ལོ་བདུན་ཅུ་ཕྱིད་
ཅིག་རེད། སྐབས་དེར་ངས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འདྲི་བྱས་པས་ཁོ་བཤད་པ། ༡༧༥༥འི་རྟོར་
རྒྱ་བརྒྱད་པར་གོང་རིམ་གྱི་བཀའ་བཞེན་ང་དང་ལོ་ན་སུམ་ཅུ་ཡས་མས་ཀྱི་རྒྱས་
མེད་པའི་རྒྱ་རིགས་བཞི་བཅས་ཀྱིས་མཁན་པོ་ཆེ་བས་གོང་དུ་བཞག་ནས་གཅིག་
གིས་ཁྱི་དགའན་རྒྱམས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་དང་རྗེས་ནས་དེད་དེ་མོང་། ས་དོའི་
གདོང་ལམ་གྱི་ལམ་ཐུང་ཅམ་ནས་བརྗེ་གྲ་རུའི་རྒྱ་བདུངས་དལ་གྱིས་འཕེན་པས་
ཅུང་ཞིག་ནས་གྲོ་བུར་དུ་འཛུགས་རྒྱང་དྲག་པོ་ཞིག་ལྷང་བུང་བས་ང་ཚོས་འགོ་
མཚམས་བཞག་སྟེ་མགོ་གོས་ཀྱིས་གཡོགས་ནས་བསྟད། ཡུད་ཅམ་ནས་རྒྱང་དུ་ངས་
རྟོ་བལྟས་པས་སྒྲ་མ་ཆེབས་གོང་ན་མི་འདུག་རེད་རྒྱམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་
དུས་ནམ་མཁའ་ན་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་གསུང་སྐད་ཅིག་གྲག་ ཡར་བལྟས་
པས་བར་སྟངས་ན་ཡར་རྗེ་མཐོ་རྗེ་མཐོར་འགོ་བ་ང་ཚོ་ལ་མཐུན་སྟངས་དུ་བྱུང་། རྗེས་
ལ་མེ་མདའ་འགའ་བརྒྱབ་གྱང་མ་ལོག་སྟེ། རིམ་བཞིན་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སུ་
ཡལ་མོང་ཞེས་བཤད་ཅེས་ཟེར་རོ།

༢ མཁན་པོ་དགོན་མཚོག་རིན་ཆེན་ནི་དགོང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་གཅིག་རེད།
མཁན་ཆེན་ཆོ་དབང་རིག་འཛིན་གྱི་དངོས་སྟོབ་ཁྱེད་པར་བ་དང་། ད་ལྟ་མེད་ཁྱི་

དགོན་པའི་དགོན་བདག་རེད། ཁོང་གིས་གསུངས་པ། སྤྱི་མ་བཙོན་དུ་བཞུགས་པ་
 ན་ང་རང་འདི་གའི་ཉེ་མར་ས་ཕུག་ཅིག་གི་ནང་དུ་གཤེགས་པ་ཡོད། བྱིས་སྤྱི་མ་སྤང་
 གི་གཞོན་སྤྱི་མ་གཤེགས་པའི་ཉེ་མར་གསུངས་པའི་ཁོང་ན་ཡོད་པ་དེས་འཕྱར་སོང་ཞེས་བཤད་
 ཟེར་བ་གྲགས་ཐུང་སྟེ། ཁྱེད་འཕྱར་ཅིག་ཐུང་ནས་མགོ་བཏུམས་ནས་བཤད་པའི་
 བར་ནས་ནམ་མཁའ་རེ་མཐོང་རེ་མཐོང་སོང་ཟེར། དེས་ན་སྤྱི་མ་མི་བསྟོད་དགས་
 བསྟོད། སྤྱི་མ་མི་བསྟོད་གནས་གྱིས་བསྟོད་ཟེར་པའི་དཔེ་ལྟར་དུ་ཁོ་ཆོས་ཆུང་
 དེ་ལྟར་དུ་སྤྱི་མ་ནས་བུང་བ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ཨ་ཁུ་བསོད་རིག་དང་གཉིས་ད་དུང་
 གཤེགས་པའི་ཉེ་མར་ཆུ་ཡོད་ཨེ་མིན་སྤྱི་མ་ནས་ཆོས་བཙོན་པའི་མཚན་མོ་སྤྱོད་འོག་ཏུ་
 སོང་ནས་གང་སར་བཙུག་ཀྱང་ཅི་ཡང་མ་ཆོད། དེ་རྒྱུ་ཨ་ཁུ་བསོད་དཔལ་རི་མགོ་
 བ་ཟོག་འཆོས་ནས་ཡོད་པའི་སར་བསོད་རིག་མཚན་མོ་འཇབ་ནས་སྤྱོད་ཆ་འདི་
 བར་བྱིན་པས་སྤྱི་མ་གཤེགས་ཆར་འདུག་ཟེར་བས་དེ་གཉིས་རེ་ཐག་ཆད་ནས་
 མཚན་འགོ་འབའ་ཞིག་གིས་ཡར་མེ་ཁོག་ལ་ལོག་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་སོ། །
 ཁ་སྤང་གི་གཞོན་སྤྱི་མ་ཞེས་པ་དེ་ཁ་སྤང་གཤེགས་དཀར་ཆེ་རིང་ཞེས་པ་དེས་དེ་ཉིན་
 སྤྱི་མ་ཁྱིད་མཁན་ནམས་ཀྱི་ཁྱོད་ན་ཡོད། འཕྱར་སོང་བ་ང་ཆོས་དངོས་སྤྱི་མ་ཐོང་
 ཞེས་ཁ་སྤང་གྱུ་འབུམ་ལ་བཤད། དེས་ཟི་ལང་ལའོ་གྱུ་ལན་ནས་བཙོན་ཁང་དུ་
 དགོན་མཆོག་དར་རྒྱས་ལ་བཤད། དགོན་མཆོག་དར་རྒྱས་ཀྱིས་མེ་བའི་མཁན་པོ་
 ཆོས་ཀྱི་དབང་ཐུག་ལ་སྤྱི་མ་འདུག་པ་དེ་ཡིན་པར་སྤྱང་། འཕྱར་ནས་སོང་ཆུ་ལ་ནི་
 གཞན་དག་གིས་ཟེར་བ་དང་གཅིག་པ་རེད། སྤྱི་མ་པ་སྤྱོད་པ་དང་། དབང་ཆེན་དང་།
 རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་མས་ཀྱིས་སྤྱི་མ་དང་ང་ཆོ་མཉམ་དུ་རི་མགོ་ནས་དམག་གིས་བཟུང་སྟེ་
 དམག་སྤྱོད་དུ་ཁྱིད་པ་ན་དམག་དཔོན་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ་མས་འོང་ནས་གཤེགས་པའི་གཏོང་། སྤྱི་



མས་སྐྱུ་ལུས་དང་པོར་བསྐྱེད་ནས་ཉི་ཀ་ཀ་གཅིག་བརྗོད་པ་ན་དཔུ་སྐྱུ་རྣམས་ཡར་
 ག་ཟེངས་ནས་བྱང་། ཡང་ཉི་ཀ་ཀ་གཉིས་པ་ཞིག་བརྗོད་པ་ནི་དཔུ་སྐྱུ་མ་ལུས་པ་
 གནམ་ལ་ལང་། ལྷན་གཉིས་པོ་རེ་རིང་དུ་སོང་པས་སྐྱན་ཅེ་གཉིས་པོ་སྐྱི་པོ་ལ་
 སྤྲེལ་པ་ཅམ་དུ་གྱུར། སྐྱེའི་ག་ཟེངས་བརྗོད་དེ་འཕུར་གྲུབས་ལྟ་བུ་ཞིག་མཛད་པ་
 ན་དམག་དཔོན་ཞིག་འོང་ནས་དཔུ་ཐོད་ལ་མེ་མདའ་གཏད་དེ་སྐད་སྐྱུ་མ་རྒྱག་ཟེར་
 བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད་པ་ན་རིམ་བཞིན་སྐར་བཞིན་དུ་གྱུར་ཏེ་བཞུགས་སོང་ཟེར་རོ། །
 གཞན་ཡང་ཨ་ཀ་ཀ་འཛམ་དབྱངས་དང་གཡང་སྐྱབས་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བཤད་དེ་
 ནང་དོན་གལ་ཆེ་རྣམས་ནི་གཅིག་པ་ཁོ་ན་རེད་འདུག་གོ།
 དེ་ཉིན་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱི་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་རྣམས་ཟིན་ཐོར་བཞུགས། གཟུགས་བརྟན་
 གྲངས། སྐྱ་བརྟན་པར་ནས་གིན་ཏུ་གསལ་བར་བྱས། ཕྱི་རྫོང་དེ་ལྟ་བུ་ཞོལ་གྱི་འཐབ་
 རྩེད་ཆོགས་པ་འཆོགས་པའི་གནས་དེ་རུ་ཤད་པོ་འོད་ཟེར་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ནས་
 གནས་དེ་དང་ས་དོའི་གདོང་ལམ་གྱི་བར་དུ་ས་ཐག་རི་ཅམ་ཡོད་སོགས་གསལ་བོར་
 བཞུས། དཀྱུང་མོ་རུས་ཆོད་བདུན་པའི་ཐོག་སྒྲིང་དཀར་འཕུམ་ལ་བཅར་འདྲི་བྱེད་
 བར་སོང་། ཁོའི་སྒྲོད་ཁང་དེ་བྱུན་ཏེ་ཆོང་གྲོང་གི་གྲོང་མཐའ་ན་འདུག་ རེད་གྱི་
 རོགས་སུ་སེང་བྱི་དགོན་པ་ཡོད། དེ་སྒྲིང་དཀར་འཕུམ་ཆང་གི་མཛའ་བོ་རེད། རེད་
 གཉིས་ནང་དུ་སོང་ནས་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་པར་བྲིས་པ་ན། དེར་ཁོས་བཤད་པ། དེ་ཉིན་
 ང་ལ་ཉོ་ལྷ་ལྷ་ཡིས་བཙོན་ཁང་ན་མི་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་ཁྲིད་ཤོག་ཟེར། ང་དང་མི་
 འགའ་ཞིག་བཙོན་ཁང་དུ་ཕྱིན། གྲུ་མ་ཞབས་རྒྱུ་མི་བདེ་བ་ཞིག་རེད་པས་རྒྱུ་ལ་
 གཉིས་ཀྱིས་ཆིབས་པ་བཙུག་མི་ཐུབ་པས་ཆིབས་གོང་དུ་བཞག་སྟེ་ཐག་པས་
 བཙེངས་ནས་ཁྲིད། ལ་ཁ་དེར་འབྱོར་བ་ན་སྐྱུ་ཁམས་རྩུང་མི་བདེ་བར་འདུག་པས་
 ང་ཆོས་མི་ཞིག་བཏང་སྟེ་ཉོ་ལྷ་ལྷ་སྐྱུ་ལྟ་བུས། མི་གཉིས་ཀྱིས་ར་དེ་མ་...

ནང་དུ་ཇ་ཞིག་ཁྱེར་ཏེ་བྱུང་བས་དེ་གསལ་སོང་། དེ་ནས་ང་ཕྱོན་ལ་ཉིན་གུང་གི་
 ཟས་པ་ཟུང་བར་སོང་། རྩེ་མ་འགོར་བར་ང་ལ་པོས་ཏེ་མར་ཤོག་ཟེར། སོང་བས་
 སྤྲུམ་གྱི་སོང་བས་རོ་ས་དོང་དུ་འཇུག་པར་སོང་ཟེར། ངས་ལྷགས་ཁེམ་ཞིག་ཐྱག་
 པར་ཁྱེར། མི་འགའ་ཞིག་གིས་རས་སྟན་ཞིག་གི་ཁྱུག་ཏུ་ན་བཟའ་འགའ་ཞིག་
 བཞག་སྟེ་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་འཇུག་ཏེ་སོང་། ས་དོང་སྐབ་མོ་ཞིག་བརྒྱུས་ཏེ་དེའི་
 བང་དུ་ན་བཟའ་དེ་དག་བཞག་ནས་སྟེང་དུ་ས་ཁད་མཉམ་ཙམ་ཞིག་གིས་བཀའ་
 བས་བཞག་སྟེ་ས་སྤང་མ་བྱས། དེས་ན་ས་དོང་དུ་སྤྱུ་རྩུ་དེ་ན་བཟའ་ཙམ་མ་གཏོགས་
 སྤྱུ་གཏུང་ནི་མེད་དེས་པ་ཅན་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དུས་འདིར་སྤྱུ་གཏུང་མི་འདུག་ཅེས་
 སྤྱུ་སྤྱས་སོང་། གཏམ་འདི་དེས་དོན་ཁོ་ན་ཡིན། ངས་ཕྱོན་ཨ་ལགས་རལ་གྱི་ཆང་
 དང་ཁམས་ཀྱི་ཨ་ལགས་ཤིག་ལ་སྤྱུ་གཏུང་ས་འོག་ཏུ་སྤྱས་ཡོད་ཅེས་བཤད་ལ། དེ་
 མིན་ནི་མ་ཁན་མང་པོ་བྱུང་ཡང་དྲང་གཏམ་མ་བཤད། ཅི་ཞིག་གི་ཕྱིར་ཡིན་ཟེར་ན།
 དེ་སྤྱབས་གཏམ་དེ་དག་བཤད་ན་རང་ཡང་བཅོན་ཁང་དུ་སྤོང་དགོས་པ་ཡིན།
 གཏམ་འདི་ཁྱོད་དང་མི་གཞན་གཅིག་ཙམ་མ་གཏོགས་གཞན་སྤྱུ་ལའང་བཤད་མེད།
 ཁྱོད་ཁམས་ནས་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་ཆེད་དུ་འོང་བ་ཡིན་པས་བཤད་པ་
 ཡིན། འོན་ཀྱང་ད་དུང་ཡང་ངས་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་ཅེས་སྒྲོག་མི་ཉན་ཅེས་ཟེར།
 མཇུག་ཏུ་སྤྱར་ཡང་ས་དོང་དུ་སྤྱུ་རྩུ་དེ་གོས་ཁོ་ན་ཙམ་ལས་སྤྱུ་གཏུང་མི་འདུག་ཐག་
 ཆོད་རེད་ཅེས་གསལ་བཤད་ཡང་ཡང་བྱེད་དོ། །དེད་ཀྱིས་ཁོ་ལ་གཏམ་འདི་གཞན་
 ལ་མི་སྒྲོག་པའི་ཁས་ལེན་བྱས་ཏེ། དེ་སྤྱབས་དེད་ཀྱི་སེམས་ལ་ཁོའི་མིང་དེ་རེ་ཞིག་
 དེང་ས་སྤྱུ་མི་བཤད་སྤྱུ་དུ་བསམས་སོ། །

གོང་དུ་ཆོགས་འཕེལ་གྱིས་མེ་བའི་ཨ་མ་ཆོད་ཆོགས་ནོར་གདུང་རུས་འཛོལ་དུ་བྱུང་།



བ་ལ་མིད་གཞུང་གིས་གཏུང་རུས་སྤྱོད་རྒྱ་མ་རྟེན་ཅེས་སྒྲུབ་ན་མིད་གཞུང་གིས་...
 ཚོགས་ནོར་ལ་ཅི་ཞིག་བཤད་ཡོད་བཟག་ཕྱིར་དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཚོགས་ནོར་བཅའ་ནས་
 རྒྱད་ཆ་དྲིས་པས་ཁོས་བཤད་པ། དེ་སྐབས་ངའི་གོ་ཐོས་ལ་བཅོན་པ་སུ་ཞིག་ཡིན།
 བཅོན་པ་ཉེ་དུ་བཟག་པ་དང་། བཅོན་ཁང་གང་ནས་བསྐད་པ་དང་། ཤི་ན་ནམ་ཤི
 ཏུར་ས་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཡི་གེར་ཡོད་ལ། བདག་པོ་སོང་ནས་རེ་བ་བྱས་ན་རུས་
 པ་གཏོད་ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་པས་མཁན་ཆེན་ཆང་གི་གཏུང་རུས་ཡོད་ཨེ་མིད་སྒྲུབ་
 བས་སྐད་རྒྱུར་ཅིག་མིད་ནས་མིད་གཞུང་ཏུ་སོང་ནས་རེ་བ་བཏོན། ཁོ་ཚོས་བཤད་
 རྒྱུར། དེ་རིང་འདྲིར་ང་ཚོ་ལས་བྱེད་པ་གསར་བ་གསུག་ཡིན་པས་ཆ་རྒྱས་མེད།
 རྟེན་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་ལྷེ་ཐོག་ཏུ་སོང་ནས་མེད། ང་ཚོས་ཡིག་ཚགས་ལ་
 གཅིག་བལྟ་ཡིས་ཁྱོད་སང་ཉིན་གོག་ཟེར། ཕྱིར་ཉིན་ཕྱིན་པས་ཡིག་ཚགས་ན་ཅི་
 ཡང་མི་འདུག་པས་ང་ཚོ་བྱ་ཐབས་བྱལ་ཟེར། འོན་ཏྲོད་ཚོས་ལྷེ་ཐོག་ན་ལས་བྱེད་
 རྟེན་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་དག་ལ་ཁ་པར་ཞིག་ཐོངས་ནས་ང་ལ་གཏུང་ཡོད་
 ས་དེ་གཅིག་སྟོན་རོགས་གྱིས། ང་ཡང་མི་གསལ་བ་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་ཐག་རིང་པོ་མེ་
 ཁོག་ནས་ཆེད་གཉེར་གྱིས་འོང་བ་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་མི་སྟོན་ན་ང་འདི་ཉིད་ཏུ་སྤྱོད་རྒྱ་
 ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ། མཐར་ཁོ་ཚོས་རེད་ཅག་གིས་མི་ཡང་བཅའ་རྒྱ་མི་རྟེན། ཏུར་ས་
 ཡང་སྟོན་རྒྱ་མི་རྟེན་པས་ཁྱོད་རང་འགོ་འཇམ་འདུག་ཅི་བྱེད་ཁྱོད་ཉིད་གེས་ཟེར་པས་
 གཏུང་རུས་མ་རྟེན་ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་ཉིན་ཀད་པ་དྲི་མེད་པོས་ཏེ་སྐར་ཡང་ཁོའི་
 མའོན་སུམ་ཏུ་མཐོང་རྒྱལ་དེ་ལ་དོག་གཅོད་ཅིག་བྱས། ཚོགས་འཕེལ་གྱི་གཏམ་
 ལ་འང་ལྷ་ཕྱིར་དོག་གཅོད་ཏུ་མ་བྱས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཞག་འགའ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ལོ་རྒྱུས་འདྲིར་འབྲེལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་མི་ད་
 ཡོད་ནམས་སོ་སོ་ལ་གནས་རྒྱལ་ཞིབ་འདྲི་བྱས་ཏེ་གཏམ་རྒྱུས་ལན་རྒྱུན་གཏུགས་

ཏེ་ལེགས་པར་བསྐྱར་བས་གནད་གང་ཆེད་མྱེད་ནས་ལས་བྱེད་དང་མང་ཆོགས་
ཐམས་ཅད་ཁ་འཆམས། ལར་ལོ་རྒྱུས་འདི་བྱུང་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལྷག་ཅིག་སོང་
ཟིན་པས་གནས་ཚུལ་ཐུག་ཆོགས་རྣམས་ཅུང་ཟད་རེ་བརྗེད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཆུང་ས་
འགའ་རེ་ན་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའང་ཅུང་ཟད་རེ་འདུག འོན་ཀྱང་གསོན་པོའི་སྐྱ་
དང་འདས་པའི་གདུང་གང་ཡང་མ་རྟེན་པ་ཡིན་མིན་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྤྲོད་ཀྱིས་ཀྱི་འགལ་
བ་གང་ཡང་མི་འདུག དེད་ཀྱིས་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པ་ན་འདར་གཟུ་བོར་གནས་པའི་
རྟོག་དཔྱད་པ་ཞིག་གི་བྱེད་ཚུལ་ཁོ་ནས་བློགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏམ་ལ་ཉན་ནས་
བརྟགས་པ་ལས་དད་པ་དང་དག་སྐྱར་གི་བློགས་སུ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཤོར་བར་བྱས་
སོ། །

ད་ནི་རྒྱ་མཆན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་སྐྱ་ལུས་མ་སྦངས་པར་ནམ་
མཁར་གཤེགས་པ་ཡིན་པ་ལ་ངེས་ཤེས་རྟེན་ཚུལ་མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་
དགག་བློགས་ནས་བཤད་ན། གལ་ཏེ་ལམ་བར་ནས་གོངས་པ་ཡིན་ན་གོང་དུ་ཁོང་
ཅག་གིས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ས་དོའི་གདོང་ལམ་དང་འཐད་ཚུད་ཆོགས་
ཆེན་འཆོགས་སའི་དེ་ལྟ་ཀླན་ཞོལ་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་དེད་ཀྱིས་ཞིབ་བལྟ་བྱས་པས་
སྤྱི་ལེ་གསུམ་ཙམ་ལས་མི་འདུག་ལ། དེ་ཉིན་མི་སྣོད་ཕྱག་ལྷག་ཙམ་ཆོགས་ནས་
འཐབ་ཚུད་བྱ་རྒྱར་བསྐྱགས་ནས་ཡོད་པ་དང་། མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་དེ་སྐབས་སུ་
མགོ་བྱིད་དང་རྩར་བརྩོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངོ་ལོག་པའི་གཙོ་བོར་ངོས་བཟུང་ནས་
ལྷག་པར་ཞེ་གནག་པ་དང་། དེའི་སྐབས་སུ་དེ་འདྲའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱི་རོ་ལ་
འཐབ་ཚུད་བྱེད་པ་ལྷགས་སྤོལ་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ཉིན་སྐྱ་གདུང་མ་
བྱུང་བ་དེ་ནི་སྐྱ་གདུང་ཁྱེར་རྒྱ་མེད་པའི་བདེན་དཔང་ཡང་དག་ཡིན་ལ། ལྷན་པར་



དུའང་དེ་ཉིན་ཁོ་པོ་ཅག་གིས་ན་བཟའ་འགའ་ཞིག་ས་འོག་ཏུ་བཅུག་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱེ་
 གཏུང་ནི་གཏན་ནས་མི་འདུག་པེས་ཅན་ཡིན་ཞེས་དེ་དག་གི་ཁྱོད་ན་ཡོད་པའི་མི་ད་
 ལྟ་གསོན་པོར་ཡོད་པས་དེད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་ན་གལ་ཏེ་
 སྐྱེ་གཏུང་ཡོད་ན་ན་བཟའ་ཁ་ཤས་མ་གཏོགས་སྐྱེ་གཏུང་ས་འོག་ཏུ་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་
 མཚན་གང་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱིམ་ས་ཁང་གི་ཡིག་ཚང་ན་ཉར་བའི་མཁན་རིན་པོ་
 ཆེའི་ལོ་རྒྱུས་ཡིག་ཚགས་སུ་གི་སོང་ཞེས་མི་འགོད་པར་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་
 སོང་ཞེས་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་འགོད། སྤྱིར་མཁན་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་རྒྱུ་གཉིས་ཀ་སྐྱེན་
 གཞིས་ཐེབས་ནས་ཕྱག་མཁར་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱོན་དགོས་པ་དང་། ཁྱད་
 པར་དུ་དེ་ཉིན་དམག་མི་དེ་ཅམ་གྱིས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་པས་ཡང་ན་ས་འོག་ཏུ་འཇུག་
 པ་དང་ཡང་ན་ནམ་མཁའ་འཕུར་བ་མ་གཏོགས་དེ་ལས་གཞན་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་
 དུ་གྱུར་ཚུལ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱོགས་ནས་བཤད་ན། དེ་ཉིན་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ཁྱིད་ནས་འགྲོ་བའི་
 དམག་མིའི་ཁྱོད་ན་ཡོད་པའི་རྒྱ་རིགས་ལིའུ་ཏེ་རྒྱ་གྱིས་ཚོགས་འཁེལ་དང་།
 དམག་ཆེ་རིང་འབུམ་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་དབང་ལྷུག་དང་། སྤྱིང་གར་འབུམ་གྱིས་དེད་ལ་སྟེ།
 བྱ་བ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་བསྐྱབས་པའི་མི་དག་གིས་ད་ལྟ་གསོན་པོར་ཡོད་
 པའི་མི་དག་ལ་ངོ་ཐུག་སྟེ་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པ་དང་། འཐབ་རྩོད་ཚོགས་ཆེན་འཚོགས་
 པའི་ས་གནས་དེ་གའི་ཤང་ལུ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་པ་དབང་ཆེན་གྱིས་ད་ཡོད་ཀྱི་མི་འོད་ཟེར་
 ལ་དང་། དེ་ཉིན་གྱི་འཐབ་རྩོད་ཚོགས་ཆེན་གྱི་མགོ་འཛིན་པ་རྩེ་རྩེ་ལེན་པ་ལང་
 ལེ་ཁྱིན་གྱིས་ད་ཡོད་ཀྱི་མི་ཚོགས་འཁེལ་ལ་སྐྱེ་གཏུང་མི་འདུག་པས་གིན་ཏུ་ཡ་
 མཚན་ཞེས་དངོས་སུ་བཤད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱ་བ་དེར་ནང་རྒྱས་ཏེ་ཅང་ཆེ་བའི་མི་དེ་
 རྒྱམས་གྱིས་བདེན་དཔང་ཡང་དག་བྱས་པ་དང་། རྒྱད་པོ་དྲི་མེད་གྱིས་སྒྲ་མ་འཕུར་

ནས་སོང་བ་མངོན་སུམ་མཐོང་ཞེས་སྒྲུབ་ནས་གྲགས་ཤིང་དེ་ལའང་མཐོང་བར་
ཡང་ཡང་བཤད་པ་དང་། གཞན་ཡང་འབའ་རྒྱ་ཤར་བད་ཁོ་སྤེ་བའི་ཆོ་རིང་སྤྱིད་དང་།
ཤར་དེའི་གསྐང་ནག་བཟའི་གཟུངས་ལོག་ཉིས་ད་ལྟ་གི་ནས་མི་འདུག་ཀྱང་དམོད་
ཀྱི་མི་བད་ཁོ་སྤེ་བའི་ཆོས་རྒྱུ་གྱིས་ཁོང་ག་ཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་
ཞེས་སྒྲུབ་ནས་ང་ལ་བཤད་ཅིས་དངོས་སུ་སྒྲུས་པ་དང་། ལུལ་དེའི་ཕོ་མོ་ཆན་གཞོན་
སུ་ལ་དྲིས་ཀྱང་འཕྱར་ནས་སོང་བ་དེད་ཅིས་རྒྱུར་ལྟར་དུ་གྲགས་འདུག་སྟེ། རྒྱ་
མཚན་དེ་རྒྱམས་ཀྱི་ཕྱིར་ན་འཕྱར་ཏེ་སོང་བ་ཡིན་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མི་འདུག་གོ །

དེད་ཀྱིས་སྤྱིང་དཀར་འབྲུམ་ལ་ཁོའི་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་ཅིས་མི་སྒྲོག་པའི་ཁས་ལེན་
བྱས་མོད། ད་ལྟ་མི་གསོན་པོར་ཡོད་ཆོ་མིང་གསང་ནས་གི་བའི་ཆོ་བསྐྱགས་ན་
གཞན་ཡིད་མི་ཆེས་བར་ཡང་འགྱུར་གྱིད་ལ། ཁོ་དང་གཞན་ཡང་དེ་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་
དག་ནི་ད་དུང་དུ་འདུག་སྒྲག་དེང་དེ་འདུག་སྟེ། རི་རྒྱུད་དུ། ཉིན་གཅིག་དུག་སྒྲུལ་
ནག་པོས་སོབ་ཏུ་བ་བས། །

ལོ་གསུམ་རྩ་ཐག་མཐོང་ཡང་སྒྲག་སྒྲུབ་འཆར། ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་དུ་འདུག་མོད།
དོན་ལ་རྒྱད་ཆ་འདི་དག་བཤད་པ་ཙམ་ལ་ད་ལྟ་དེ་ཙམ་གྱིས་སྒྲག་དགོས་པ་དང་
གཞོད་བའང་མ་ཡིན་པས་ཁས་ལེན་དང་འགལ་བར་བྱས་ཏེ་མིང་སྒྲུ་དགོས་ཕྱིང་
བས་དགོངས་དུངས་ཞུ་ཞིང་། སང་ཁྱི་ཆོས་གྲུ་ཆེན་མོའི་བླ་གྲུ་རྒྱམས་དང་། ལས་
གནས་ལས་ངལ་བསོས་པའི་ལས་བྱེད་པ་དག་དང་། ལུལ་དེའི་མི་མང་བཅས་ཀྱིས་
བྱ་བ་འདིར་ཐུགས་ཁུར་དང་གྲོགས་དན་དང་མཐུན་འགྱུར་རྒྱ་ཆེར་གནང་སོང་བ་ལ་
ཅིས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞེས་ཞུ་འོ། །

ཞེས་མཁའ་ཆེན་ཆོ་ཆོད་པར་རིག་འཛིན་སྐུ་ལུས་མ་སྒྲངས་པར་མཁའ་སྤྱོད་དུ་



གཤེགས་ནས་ལོ་བཞི་བཅུ་ཞེ་བཞི་འདས་པ་བོད་རབ་བྱམ་ཆུང་ལོའི་དབྱར་ཟླ་ཐ་
ཆུང་གི་ཆོས་གཅིག་ལ་གསེར་ལྗངས་སྒྲ་མ་རུང་དུ་ཆུལ་ཁྲིམས་སྒྲ་གྲོས་གྲིས་དག་
པར་གཏན་ལ་ལབ་པའོ། ། །



འཛིགས་མེད་བླ་མ་པལ་ལྷན་གྱི་གནས་ཚུལ་མིག་སྟོན་
སྐབས་ནཱ་མ་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།



མ་མེད་བླ་མ་པལ་ལྷན་གྱི་བྱིས་མི་དག་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།



མ་མེད་བླ་མ་པལ་ལྷན་གྱི་ལ་མ་གཉིས་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།



སྐུ་ལ་ལྷོ་བྱིས་མི་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།



བདེ་གཤེགས་ཁྱེད་ཀྱིས་ལེགས་སྐྱུལ་པའི།
གེས་རབ་མིག་ནི་དག་པ་ཡིས།
ངམ་ནག་མིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ།
ལྷ་བའི་སྒྲོ་བས་པ་རྣམ་པར་དག།

སྐུ་ལྷོ་བྱིས་མི་ལ་འདྲི་ཅད་གཅོད་པ།





བདེ་གཤེགས་ཁྱེད་ཀྱིས་ལེགས་སྦྱལ་པའི། །
 ཤེས་རབ་མིག་ནི་དག་པ་ཡིས། །
 ངམ་ནག་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ། །
 ལྷ་བའི་སྒོ་བས་པ་རྣམ་པར་དགོ། །

སྒྲ་རུང་གཞུང་ལས་དོ་དམ་ཁང་ནས་འགྲེམ་སྤྱོད་བྱས།

